MITSUBISHI

三菱オーブンレンジ（家庭用）

形名

RO-DG10F

取扱説明書

この商品は、待機時消費電力ゼロです。
使っていないときは、自動的に電源が切れます。ドアを開閉すると電源が入ります。

- ご使用の前に、この「取扱説明書」をよくお読みになり、正しく安全にお使いください。
- 「保証書」は「お買上げ日・販売店名」などの記入を確かめて、販売店からお受取りください。
- 「取扱説明書」と「保証書」は大切に保存してください。
- お料理のレシピは、別冊のメニュー集をご覧ください。

電源の「入／切」(待機時消費電力ゼロ)

調理後など使用していないとき、省エネのため自動的に電源が切れます。

電源を入れる………ドアを開けると電源が入ります。表示部は「０」を表示します。
- 電源プラグを差込んだだけでは、電源は入りません。(キーを押しても受付けません。)
- ドアが開いているときは、ドアを閉めると電源が入ります。

電源を切る………電源は自動的に切れます。表示部の「０」は消えます。
- 調理終了後、５分過ぎると電源が切れます。
- また、５分以上操作しないと（ドアが開いていても）電源が切れます。

お知らせ

加熱終了後、電気部品を冷やすため、数分間本体内部のファンが回ることがあります。(表示部は送風表示（✿）が点灯します)

かんたん操作ガイド

手動で加熱する場合の時間のめやす➡47ページ

〈あたためるとき〉

常温・冷蔵・冷凍の おかず・市販のレンジ用冷凍食品など

18～19ページ
「おかずをあたためる」

みそ汁・スープなど

ごはんなど（常温・冷蔵・冷凍）

ごはん 20ページ
「ごはんをあたためる」

牛乳・お酒・コーヒーなど

のみもの 21ページ
「牛乳・お酒などのみものをあたためる」
＊あたためでは沸とうしたり、上手にできません。

フライなど（あたため直し）

オートメニュー (時間 メニュー)(右ダイヤル) 33ページ「18. フライ再加熱」
「オートメニューで調理する」
＊あたためより時間がかかりますが、サクッと仕上がります。

〈解凍するとき〉

肉・さしみなど

解凍 1.肉 2.さしみ 22～23ページ
「肉や魚を解凍する」

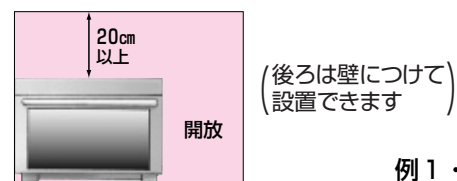
〈野菜をゆでるとき〉

ほうれん草・じゃがいも・ブロッコリーなど

ゆでもの 1.葉菜 2.根菜 24～25ページ
「野菜をゆでる」

設置について

「安全のために必ずお守りください」もお読みください➡６ページ

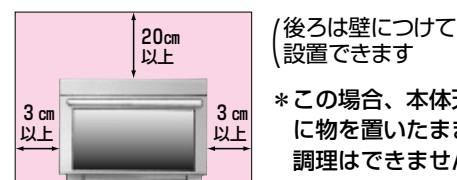
●下記スペースをあけて、設置してください

(後ろは壁につけて設置できます)

例１・例２

- 左右側面のうち、どちらか一方を開放します。もう一方は壁につけて設置できます。また、背面は壁につけて設置できます。
(ただし、熱に弱い壁や家具などには、つけて設置しないでください。)

＜５面を囲む設置のとき＞ 例３

(後ろは壁につけて設置できます)

＊この場合、本体天面に物を置いたままの調理はできません。

壁からの最低離隔距離

	右側面	左側面	背面	上面
例１	開放	０cm	０cm	20cm
例２	０cm	開放	０cm	20cm
例３	３cm	３cm	０cm	20cm

＊窓ガラスの場合、排気口と20cm以上あけてください。
＊上記寸法を離しても、調理物の油や蒸気で、壁が汚れたり、結露することがあります。

●天面に物を置くとき

＊５面（底面、天面、左右側面、背面）を囲む設置（例３）では、物を置いたままの調理はできません。
- 置いたまま調理ができるのは、耐熱温度が95℃以上の物です。
＊紙類、排気口、食品、漆器、花びんなどの水が入った物は置かないでください。
＊耐熱性のないプラスチック製品（スチロール、ポリエチレンなど）や耐熱性のないガラス製品も置かないでください。
- 置く物の重さは４kg未満にしてください。
- 物の上から20cm以上、あけてください。
- 天面のへこんだ範囲内に置いてください。
- 物を置くとき、物を取るときは、ていねいに。(引きずると傷の原因)

もくじ

ページ

ご使用の前に

使い方

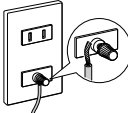
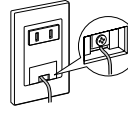
自動調理

手動調理

こんなときは

安全のために必ずお守りください

■誤った取扱いをしたときに生じる危険とその程度を、次の表示で区分して説明しています。

⚠危険	誤った取扱いをしたときに、死亡や重傷に結びつくもの
⚠警告	誤った取扱いをしたときに、死亡や重傷に結びつく可能性があるもの
⚠注意	誤った取扱いをしたときに、傷害または家屋・家財などの損害に結びつくもの

■図記号の意味は次のとおりです。(一例)

禁止	指示を守る

⚠危険

分解・修理・改造をしない

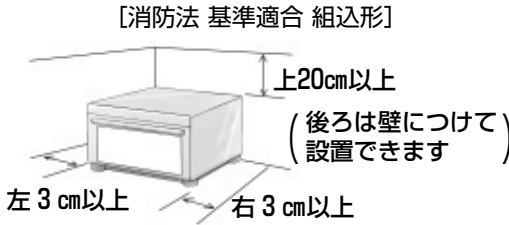
分解禁止

感電・発火・けが・異常動作の原因
＊修理は、お買上げの販売店または「三菱電機 修理窓口」にご相談ください。

吸・排気口やすき間・穴などにピン・針金・金属物などの異物、指を入れない

禁止

感電・けがの原因
＊異物が入ったときは、電源プラグを抜いて、お買上げの販売店または「三菱電機 修理窓口」にご相談ください。

⚠警告

アースを確実に取付ける

故障・漏電のときに感電の原因

アース線接続

アース端子つきコンセントがある

アース線の先端の皮をむいて、アース端子に確実に固定する。

アース端子つきコンセントがない

- ガス管、水道管、避雷針、電話線のアース線には接続しない。

感電・爆発・引火の原因

お買上げの販売店にアース工事(D種接地工事)をご相談ください。(工事は有料)
アース工事は「電気工事士」の資格が必要です。

⚠警告

お子さまだけで使わせない 幼児の手の届くところで使わない

禁止

やけど・感電・けがの原因

熱に弱い物を近づけない

禁止

- たたみ、じゅうたん、テーブルクロス、冷蔵庫(耐熱100℃未満)などの上に置かない。
- 燃えやすい物、カーテン、スプレー缶などを近づけない。

ヒーター加熱時の高温で火災・破裂の原因

電源コード・プラグを傷つけない

傷つけ禁止

高温部(排気口など)に近づけたり、重い物をのせたり、無理に曲げたり、束ねたりすると、破損して感電・発火の原因

傷んだ電源コード・プラグや差込みのゆるいコンセントは使わない

使用禁止

感電・ショート・発火の原因

調理中に電源プラグを抜差ししない

禁止

感電・発火の原因

電源プラグの刃および刃の取付面のほこりをとる

ほこりをとる

ほこりが付着していると、火災の原因

電源は交流100Vで定格15A以上のコンセントを単独で使う

コンセントの単独使用

コンセントを他の器具と同時に使ったり、机や家具のコンセントを使うと、異常発熱して発火・火災の原因
＊延長コードも定格15A以上のものを単独でお使いください。

お手入れは、電源プラグを抜き、本体が冷めてから行う

プラグを抜く

感電・やけど・けがを防ぐため

ぬれた手で電源プラグを抜差ししない

ぬれ手禁止

感電・火災の原因

安全のために必ずお守りください（つづき）

⚠注意

壁との間をあける

● 排気が壁に直接あたらないように据付ける。
過熱による発火の原因

● 窓ガラスの場合、排気口（10ページ参照）と20cm以上離す。
温度差で割れる原因

［消防法 基準適合 組込形］

上20cm以上
（後ろは壁につけて設置できます）
左３cm以上　右３cm以上

＊上記寸法を離しても、調理物の油や蒸気で、壁が汚れたり、結露することがあります。
＊左右側面のうち、どちらか一方を開放している場合、もう一方は壁につけて設置できます。
（熱に弱い壁や家具などには、つけて設置しない）
＊本体の上に物を置くときは、左右側面のうち、どちらか一方を開放してください。

本体の上に物を置くときは、次の事項を守る

設置など

● 左右側面のうち、どちらか一方を開放して設置する。
　＊５面（底面、天面、左右側面、背面）が囲まれた設置の場合は、物を置かないでください。
● 上方向は、物の上から20cm以上あける。
● 物は天面のへこんだ範囲内に置く。
● 物を置くとき、置いた物を取るときは、ていねいに。（引きずると傷の原因）

置いてはいけない物

● 耐熱温度が95℃未満の物。
● 紙類、布類、食品、漆器、花びんなどの水が入った物。
● 耐熱性のないプラスチック製品（スチロール、ポリエチレンなど）や耐熱性のないガラス製品。
● 重さが４kg以上の物。

変形・焦げ・発火・故障を防ぐため

➡「設置について」３ページ

水平で安定した丈夫な場所に置く

落下によるけが、振動・騒音を防ぐため
＊置台は壁に固定することをおすすめします。
冷蔵庫の上、４輪キャスター付き置台は不安定なためおすすめできません。

庫内底面（耐熱セラミック製）に衝撃を加えたり、水をかけない

● 庫内底面にのせる分量は、容器の重さを含め４kgまでにする。
割れてけが・火花・故障の原因
＊割れたときは、そのまま使わずに、販売店にご相談ください。

電源プラグを持って抜く

電源コードを持って引き抜くと感電・ショート・発火の原因

火気の近くや水のかかるところに置かない

感電・漏電の原因

長期間使わないときは、電源プラグを抜く

絶縁劣化による感電・漏電・火災を防ぐため

ドアに無理な力を加えない 重さが４kg以上の物はのせない

本体が倒れ、けが・電波もれの原因

本体が転倒、落下したときは、使用せず、点検を依頼する

感電や電波もれを防ぐため
＊落下を防止するために、別売の転倒防止金具セット（部品コード：M18 363 200SET）をお買上げの販売店でお買求めください。

食品カス・油・煮汁をつけたまま放置したり、加熱しない

● 付着したときは、必ずふき取る。（特に庫内底面、ドア）

火花・発煙・発火・故障・サビの原因

➡「お手入れ」48ページ

⚠注意

殻や膜のある物は、割れ目や切れ目を入れる

例）ぎんなん・栗・イカ・ソーセージ

破裂して、やけど・けが・破損の原因

ビンのふたや栓ははずす

● 密封性の高いふたもはずす。
容器が破裂して、やけど・けが・破損の原因

乳幼児の離乳食・牛乳などのあたためは仕上がり温度を確認する

やけどを防ぐため

容器を取出すときは、熱くなっていることがあるので注意する

ラップをはずすときは、蒸気の熱に注意する

やけどを防ぐため

鮮度保持剤（脱酸素剤など）を入れたまま加熱しない

禁止

発火の原因

吸・排気口をふさがない

禁止

＊吸・排気口は10ページを参照してください。

火災の原因

飲み物や食品などを加熱しすぎない

● 牛乳、生クリーム、粘りや油脂分の多い液体、コーヒー、お酒、水、ジュースなど
突然沸とうして飛び散り（突沸）、やけどの原因
　＊加熱前にスプーンなどでかき混ぜ、様子を見ながら加熱してください。

● 少量の食品、干物、乾燥した物（のり、せんべい、食塩）、スナック菓子、小さく切った根菜など
庫内やドアの内側が異常に熱くなり、やけど・火花・発煙・発火・故障の原因
　＊少量の食品は自動で加熱せず、手動で様子を見ながら加熱してください。

食品が燃え出したら、ドアを開けない

ドアを開けると空気が入り、火勢を増す原因
1．とりけしを押して、電源プラグを抜く。
2．本体から燃えやすい物を遠ざけて、鎮火を待つ。
　（鎮火しないときは、水か消火器で消す。）
＊そのまま使わずに、必ず販売店に点検を依頼してください。

ドアを開けない

調理以外の目的に使わない

禁止

発煙・発火・故障の原因

ドアに物をはさんだまま使わない

禁止

電波もれによる障害の原因

レンジ加熱・ハイブリッド加熱のとき

卵は割り、よくほぐす

● ゆで卵（おでんの卵）や目玉焼きを作ったり、あたため直しはしない。
破裂して、やけど・けが・破損の原因

ヒーター加熱・ハイブリッド加熱のとき

加熱中や加熱後しばらくは、高温部（庫内・ドア・本体・天面など）に触れない

ただし、操作パネルやドアハンドルはのぞく
● 付属品は素手で持たない。
高温のため、やけどの原因

安全のために必ずお守りください（つづき）

お願い

冷えやすい場所や蒸気・油のかかる場所に置かない 本体が結露して、故障の原因	**容器の出し入れは引きずらない** 庫内底面や角皿（底面プレート）に傷がつくと、割れてけが・火花・故障の原因
テレビ・ラジオ・無線機器（無線LANなど）・アンテナ線を近づけない ● 4m以上離す。 画像の乱れ・雑音・通信エラーの原因	**飲み物をあたためで加熱しない** 突然沸とうして飛び散り（突沸）、やけどの原因 ＊食品をあたためるときは、決められたキーを使ってください。
落雷のおそれがあるときは、電源プラグをコンセントから抜く 故障を防ぐため	**付属品を落としたり、急冷しない** けが・変形・ひび・欠け・割れの原因
ドアに衝撃を与えない 加熱中、ドアに水をかけない ● ドアは急冷したり、ぶつけたり、傷つけない。 直後やその後の調理中に、ドアガラスが割れる原因	**表示部に「高温」が表示されているときは、庫内や庫内底面が熱くなっているので注意する** やけどを防ぐため ● 耐熱性のない容器やラップ包装した食品などを入れない。 溶け・変形の原因

レンジ加熱・ハイブリッド加熱のとき

金属容器、金串、アルミホイルなどを使わない

● アルミで加工したもの（紙やテープなど）や、金銀の模様のある容器も使わない。

火花・発煙・発火・故障・ドアの破損の原因

➡「使える容器・使えない容器」17ページ

缶詰、レトルト食品などは他の容器に移す

火花・発煙・発火・破裂を防ぐため

カラのまま加熱しない

庫内やドアの内側が異常に熱くなり、やけど・火花・発煙・発火・故障の原因

市販の「レンジ用容器・道具」を使用しての不具合や、本体が故障した場合の保証はできない

➡「使える容器・使えない容器」17ページ

ヒーター加熱・ハイブリッド加熱のとき

角皿の出し入れは、ミトンや乾いた厚手の布などを使い、両手でする

やけどを防ぐため

調理後の角皿は、本体や熱に弱い物の上に置かない

変形・焦げの原因

＊ドアに角皿を置くときは、引きずって傷つけないよう、気をつけてください。

加熱のしくみ

レンジ加熱

電波で食品を内と外から同時に加熱

電波が食品に当たると、食品の水分に吸収されて、水の分子にまさつ運動が起こります。その結果、熱が発生して、食品は内側と外側から同時に加熱されます。

（あたため、ごはん、のみもの、解凍、ゆでもの、お好み温度、レンジ（「レンジ発酵」を除く）キー）

電波の性質

吸　収

食品や水分に吸収されます

透　過

ガラス、陶器は通り抜けます。

反　射

金属に当たると反射します。
（レンジ加熱では使えません。火花の原因。）

ヒーター加熱

● 1段オーブン

上下ヒーター、庫内奥のコンベクションヒーターで、包みこむように食品を加熱します。設定できる温度は発酵30℃・35℃・40℃・45℃、100〜300℃です。

（フライパンメニュー「5.ローストビーフ」「6.パエリア」、オートメニュー「12.スフレチーズケーキ」、1段オーブンキー）

● 2段オーブン

上ヒーター、庫内奥のコンベクションヒーターで、棚上段と棚下段の食品を同時に、包みこむように加熱します。設定できる温度は発酵30℃・35℃・40℃・45℃、100〜300℃です。

（2段オーブンキー）

●グリル

上ヒーター、庫内奥のコンベクションヒーターで、食品の表面に焼き色をつけます。300℃の高温で加熱し、温度の変更はできません。

（両面グリルキー）

赤外線センサーについて（コツとお願い）

■食品は庫内の中央に置く

食品の温度を検知するために中央に置いてください。
複数個を同時に加熱するときは、中央に寄せて置いてください。

■容器は陶磁器、耐熱性のものを使う

食品の量にあった大きさの、陶磁器、耐熱性の容器を使います。
解凍以外は、スチロールトレーを使用しないでください。

■ふたは使わない

陶器製やガラス製のふたは赤外線センサーが上手く働かないため使えません。
分量の多いときやカレーなど飛び散るものはラップをします。
ラップをすると仕上がり温度が低めになります。

■庫内を充分に冷まして使う

庫内の温度が高いと、赤外線センサーが使えません。
ホット表示となります。➡53ページ
また、レンジ連続使用時など、庫内底面が熱いときは、赤外線センサーが上手く働かず、仕上がり温度が低くなることがあります。

■温度の表示は目安

スタート後、約25秒で現在温度が表示されます。温度は食品のおよその平均温度です。短い時間であたたまるものは表示しない場合があります。

● 安全のため、少量のときなど庫内底面の温度が急に上がると、レンジ出力を低下させます。

ハイブリッド加熱

レンジとヒーターで同時に加熱

調理時間を短縮します。

（フライパンメニュー「1.ハンバーグ」「2.手作りフライ」「3.照り焼き」「4.カレー／スープ」、オートメニュー「7.肉じゃが」「8.煮魚」「9.煮豆」「10.手作りグラタン」「11.直火煮込」、レンジ「レンジ発酵」キー）

●スチーム蒸し

レンジとヒーターで蒸気を作り、食品を加熱します。

（オートメニュー「13.手作りとうふ」「14.茶わんむし」「15.手作りしゅうまい」キー）

●スチーム焼き

レンジとヒーターで作った蒸気を、庫内奥のコンベクションヒーターでさらに加熱して、食品を加熱します。

（オートメニュー「16.から揚げ／スペアリブ」「17.焼き魚（切身）」「18.フライ再加熱」、スチームキー）

各部のなまえ

本体前面

コンベクションヒーター（内蔵）
後ろヒーターの熱をファンで庫内に送る。

上ヒーター（内蔵）

天面
物を置くとき ➡3ページ

温度センサー
ピン形状で奥上部にある。

操作パネル

庫内灯
加熱中、庫内を照らす。

赤外線センサー（穴）

皿受け棚（上段）

皿受け棚（下段）

庫内底面（電波出口）
（耐熱セラミック製）
●中央に食品を置く。
●汚れたらふき取る。
お手入れ ➡49ページ

下ヒーター（内蔵）

ドア

ドアハンドル

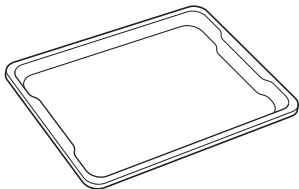
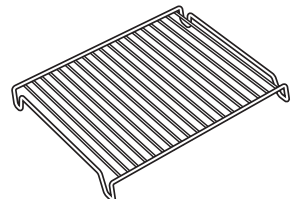
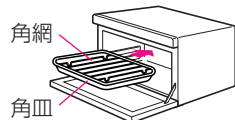
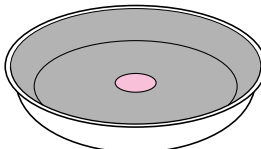
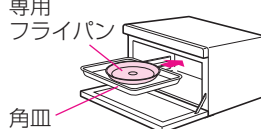
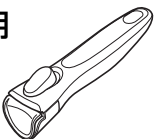
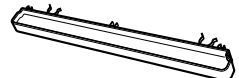
お願い
■汚れをつけたまま使わない。
焦げ・火花が出る原因。
■衝撃を加えたり水をかけない。
割れる原因。

本体背面

排気口
吸気口
アース端子（ネジ）
アース線
電源コード
電源プラグ

つゆ受けの取付け方・はずし方

ゆでものや煮込料理などの蒸気で、ドア内側がくもり、つゆがつくことがあります。
つゆが床にたれないよう、付属のつゆ受けを取付けて、ご使用ください。

つゆ受け

＊つゆの多い調理後は、つゆ受けの水を捨ててください。
お手入れ ➡48ページ

付属品

〇使える　✕使えない

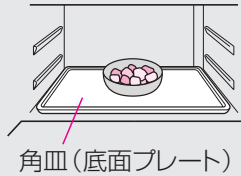
付属品	加熱方法 レンジ	オーブン	グリル	ハイブリッド（レンジ+ヒーター）	使い方
角皿（耐熱セラミック製）2枚 ＊実際は上記のように、両側に凸部がありますが、この取扱説明書・別冊メニュー集では、以下のイラストで説明します。	〇 底面プレートとして使える	〇 皿受け棚にのせて使う	〇 皿受け棚にのせて使う	〇 皿受け棚にのせて使う	●汚れたまま使わない。焦げつき・変色の原因。 ●強い衝撃を加えない。ひび·欠け·割れの原因。 ●加熱中や加熱直後は、角皿に直接触れない。やけどの原因。 ●加熱後、テーブルなどの上に置くときは、鍋敷など熱に強い敷物を使う。 ●底面プレートとしての使い方➡12ページ
角網　1コ	✕	〇	〇	✕ ただし、オートメニュー16〜18には使える	●角皿に入れて使う。 角網 角皿 ●加熱中や加熱直後は、角網に直接触れない。
専用フライパン　1コ	✕	〇 ただし、設定温度250℃以下で使う	✕	✕ ただし、フライパンメニュー・手動スチームには使える	●角皿の中央にのせて、角皿を皿受け棚にのせて使う。 専用フライパン 角皿 ●専用フライパンについて➡12ページ
専用フライパン用取っ手　1コ	✕	✕	✕	✕	●専用フライパンに取っ手をつけたまま加熱しない。 ●取っ手の使い方➡13ページ
スチーム用水量カップ　1コ	●水量をはかるときに使う。 ●庫内に入れて加熱しない。溶けの原因。				
つゆ受け　1コ	●本体への取付け方・はずし方➡10ページ				
ミトン　1組	●角皿を皿受け棚から取出すときに使う。 ●破れたり、水や油でぬれたミトンは使わない。やけどの原因。				
アース線　1本	●本体背面に取付けてある。「アースの取付け方」➡4ページ				
取扱説明書（本書）　1部　　メニュー集　1部　　専用フライパンのしおり　1部　　保証書　1部					

＊付属の角皿を割ってしまったときは、お買上げの販売店でお買求めください。

各部のなまえ（つづき）

角皿について　－底面プレートとしての使い方－

角皿１枚を庫内底面に置いて、調理することもできます。
（庫内底面の汚れ防止になります。）

<レンジ加熱のとき>
角皿（底面プレート）の中央に食品を置いて、加熱する。
●手動 レンジ で使うときは、加熱時間をやや長め（約１割増）にする。

角皿（底面プレート）

<オーブン・グリル・ハイブリッド加熱のとき>
角皿（底面プレート）ははずす。
（置いたまま加熱を行うと、調理の仕上がりが悪くなります。）

お願い

■調理後、角皿（底面プレート）が熱くなっていることがあるので、気をつける。
■角皿（底面プレート）の出し入れは、冷めてから両手でする。
また、庫内底面から少し持ち上げて出し入れする。
（引きずらない）
■角皿（底面プレート）は、汚れたまま加熱しない。
汚れはすぐにふき取るか、はずして洗う。
お手入れ➡48ページ
汚れたままで加熱すると落ちにくくなり、焦げつき・変色・割れの原因。

専用フライパンについて

＊別紙　専用フライパン「安全にご使用いただくためのしおり」も必ずお読みください。

●自動の フライパンメニュー のときに使います。（手動 １段オーブン ・ スチーム でも使うことができます）
●専用フライパンを使って、お手持ちのガスコンロや電磁調理器（IH）で焦げ目をつけてから、角皿にのせて、調理します。

お願い

■形名RO-DG10Fの自動 フライパンメニュー 、手動 １段オーブン ・ スチーム のみ使える
あたためなどのレンジ加熱、両面グリル、２段オーブン、オートメニューや他の電子レンジには使えない。
■庫内に入れたら、取っ手ははずす
取っ手をつけたまま加熱すると、火花・破損の原因。
■専用フライパンに食品を入れずに、加熱しない
■ヘラは木製かナイロン樹脂製を使う
専用フライパン表面のふっ素樹脂加工を守るため。
■不必要なカラ焼きはしない
専用フライパン表面のふっ素樹脂加工を守るため。
■加熱中や加熱直後は、専用フライパンに直接触れない
やけどの原因。

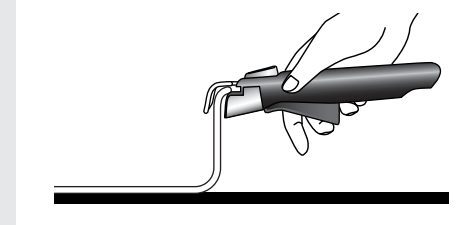
フライパンメニュー のとき

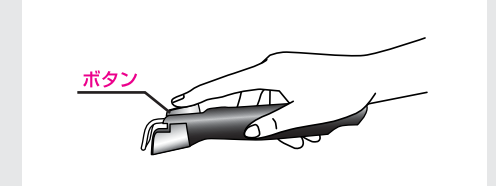
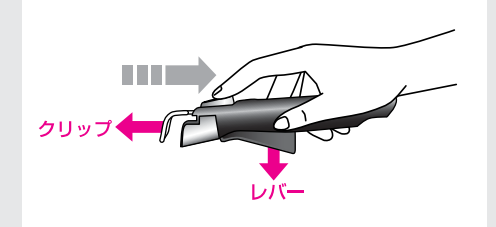
■必ず角皿の中央にのせ、棚にのせる
専用フライパンが庫内壁面やドアに接触すると火花が発生し、本体や専用フライパンの変色・破損の原因。
■ふた、金串、アルミホイルは使わない
レンジとヒーターを同時に使うハイブリッド加熱のため、使えない。火花の原因。
（ただし、「５.ローストビーフ」「６.パエリア」は、ヒーター加熱なので、アルミホイルが使える。）
■食品を入れずに、加熱しない
専用フライパンや庫内、ドアの内側が異常に熱くなり、やけど・火花・故障の原因。
■専用フライパン以外を使わない
一般の鍋・フライパンや付属の専用フライパン以外のティファール製品も使えない。

手動 １段オーブン ・ スチーム のとき

■庫内にフライパンを入れて、予熱しない
専用フライパン表面のふっ素樹脂加工を守るため。
■設定温度は250℃以下にする
専用フライパン表面のふっ素樹脂加工を守るため。

－取っ手の使い方－

<フライパンに付けるとき>
①取っ手の先端のクリップで、
フライパンのフチを挟むようにセットする

②取っ手をにぎって、下部のレバーを押し込む
取っ手が固定される。

<はずすとき>
取っ手下部のレバーをにぎらず、
ボタンを手前に引く

レバーが下がって、クリップがはずれる。

＊レバーをにぎっているとボタンが動かず、はずれません。

お願い
落下、衝撃などにより、専用フライパン本体が変形した場合は使わない。
（取っ手が正常に使用できなくなるおそれ。新しい専用フライパンのご購入をおすすめします。）

お知らせ
取っ手の着脱により、専用フライパンのフチのコーティング面に傷がつくことがありますが、性能には影響ありません。

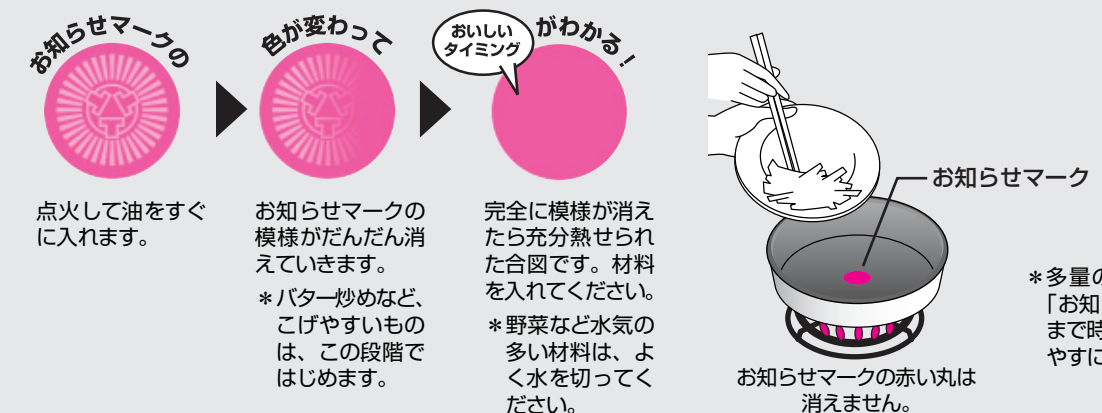
－お知らせマーク－

専用フライパンの中央に、ガス火などでの調理開始のめやすがわかる、お知らせマークがついています。

点火して油をすぐに入れます。

お知らせマークの模様がだんだん消えていきます。
＊バター炒めなど、こげやすいものは、この段階ではじめます。

完全に模様が消えたら充分熱せられた合図です。材料を入れてください。
＊野菜など水気の多い材料は、よく水を切ってください。

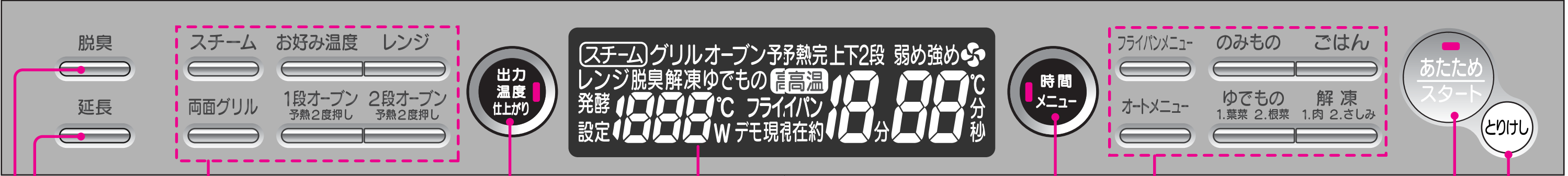
お知らせマークの赤い丸は消えません。

＊多量の油・水分を使用した時は「お知らせマーク」の色が変わるまで時間がかかり、調理開始のめやすになりません。

－お手入れ－

■加熱後、専用フライパンをすぐに水に浸したり、急冷しない。（変形の原因）
自然に冷めるのを待つ。
■完全に冷え切ってしまう前に、台所用中性洗剤をスポンジにつけて水洗いする。
（みがき粉や金属タワシなどの固いものや漂白剤は使わない）
■よく乾かしてから収納する。

各部のなまえ（つづき）

操作パネル

ランプについて
操作が必要なときにランプが点滅してお知らせします。

手動キー ➡34〜45ページ
●料理に応じて温度・時間を設定して使う。

延長キー ➡46ページ
●加熱後、もう少し加熱したいときに使う。

脱臭キー ➡48ページ
●初めにカラ焼きするとき、庫内の臭いが気になるときに使う。

左ダイヤル（出力・温度・仕上がり）

出力
●レンジのとき出力の設定に使う。

温度
●あたため、ごはん、のみもの、お好み温度のとき仕上がり温度の設定に使う。
●１段オーブン、２段オーブン、スチームのとき温度の設定に使う。

仕上がり
●解凍、ゆでもの、フライパンメニュー、オートメニューのとき、仕上がりの強弱（オートメニュー16〜18は食品に残る油分･塩分の量）の調節に使う。
●スタート前か、スタート後約20秒間（ランプ点灯中）だけ調節できる。
弱め…左に回す。加熱時間が約１〜２割減る。（多め）
強め…右に回す。加熱時間が約１〜２割増える。（少なめ）

右ダイヤル（時間・メニュー）

時間
●時間の設定に使う。

フライパンメニュー ➡26〜27ページ
●1〜6の番号設定に使う。

オートメニュー ➡28〜33ページ
●7〜18の番号設定に使う。

あたため／スタートキー

あたため ➡18〜19ページ
●時間設定が不要。

スタート
●加熱をスタートするときに押す。
＊加熱の途中でドアを開けると加熱は中断する。続けるときはもう一度押す。

とりけしキー
●キーを押し間違えたとき、途中で加熱をやめたいときに使う。

自動キー
●時間設定が不要。➡20〜33ページ

表示部
●加熱時間や選んだ機能、働いている機能、状態を表示します。 <例>

・レンジ「600W」で1分30秒。

加熱表示	高温表示	送風表示	ホット表示	故障表示
加熱時間や現在温度が確定するまで表示する。	➡53ページ	➡53ページ	➡53ページ	➡53ページ

＊「デモ」が表示されているときは、店頭展示用モードです。このときは、調理できません。デモを解除して使用してください。➡53ページ

ドアパネル部
●お好み温度のめやすと、フライパンメニュー・オートメニューのメニュー番号とメニュー名を表示しています。

●自動調理は、
あたため、ごはん、解凍（２メニュー）、ゆでもの（２メニュー）、のみもの、フライパンメニュー（６品目、22メニュー）、オートメニュー（12品目、34メニュー）の合計63メニューです。

準備／音量調節／出し忘れお知らせ

（カラ焼きをする）

ヒーター加熱

初めてのご使用前に必ずカラ焼きを！

- ヒーター加熱時の気になるにおいを抑えるため、最初に庫内の油を焼き切ります。
- 約15分で終了します。

お願い
煙やにおいが出ますが、故障ではありません。
窓を開けるか、換気扇を回してください。

1 電源プラグをコンセントに差込み、ドアを開ける

ドアを開けると「0」を表示。

2 庫内に何もないことを確認して、ドアを閉める

お願い 角皿、包装材、燃えやすい紙などは必ず取る。

3 を押す

脱臭がスタート。

残り時間を表示。

終了 終了音が鳴る

⚠注意
加熱中や加熱後は、高温部（庫内・本体など）に触れない。
高温のため、やけどの原因。

※調理は本体が冷めてから行う。

お知らせ 加熱終了後、電気部品を冷やすため、数分間本体内部のファンが回ります。（表示部は送風表示（✣）が点灯）

便利機能　お好みで設定してください。

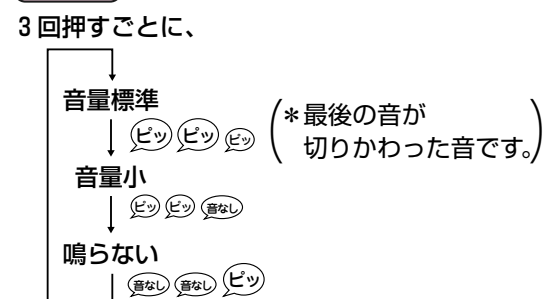
音量をかえたり、消すことができます。

音量をかえる・音を消すとき

表示部が「0」のとき、ドアを開けたまま、
延長 を続けて 3 回押す

3回押すごとに、

- 音量標準　ピッ ピッ ピッ
- 音量小　ピッ ピッ 音なし
- 鳴らない　音なし 音なし ピッ

（＊最後の音が切りかわった音です。）

をくり返す。

＊切りかわると、2秒間「0」を点滅後、「0」を表示します。

「鳴らない」に設定すると

- 全てのキー受付音、加熱終了音が鳴りません。
- 出し忘れお知らせ機能を設定していても働きません。

お知らせ
電源プラグを抜いても記憶しています。

便利機能　お好みで設定してください。

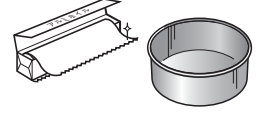
出し忘れお知らせ

加熱終了後、食品をすぐに取出さないと、ブザーでお知らせする機能です。
（全てのキーで働きます。出荷時は設定されていません。）

出し忘れお知らせにするとき

表示部が「0」のとき、ドアを開けたまま、

（ピッピッピーッと鳴る）

＊切りかわると、2秒間「0」を点滅後、「0」を表示します。
＊戻すときも同じ手順です。（ピッピッピッと鳴る）

設定すると

- 加熱終了後、ドアを開けないと、1分ごとにブザーが鳴ります。（10分間。表示部は「0」を表示。）
- 鳴っているブザーを消すときは、ドアを開けるか、とりけし を押します。

お知らせ
電源プラグを抜いても記憶しています。

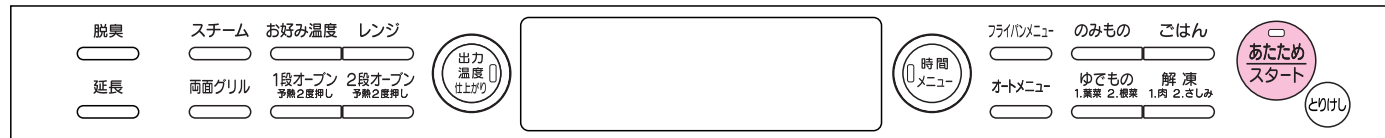
使える容器・使えない容器

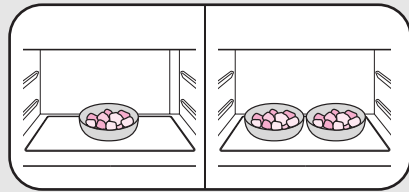
容器の種類	レンジ加熱	ヒーター加熱	ハイブリッド加熱（レンジ＋ヒーター）
陶器、磁器	○使える ＊ただし、ひび、傷、金銀の模様、色絵のある器は、傷めたり、火花が出るので使えない。		
耐熱性ガラス容器	○使える ＊ただし、ひび、傷のある器を使ったり、急熱、急冷すると割れることがある。		
耐熱性のないガラス容器	×使えない ●クリスタルガラス、カットガラス、強化ガラスなども使えない。		
耐熱性プラスチック容器	○使える ●耐熱温度が140℃以上で、「電子レンジ使用可」の表示のある物が使える。 ＊ただし、電波で変質する物、砂糖・油分の多い料理など、高温になる食品には使えない。	×使えない ＊ただし、オーブン・グリル指定のものは使える。	
その他プラスチック容器	×使えない ●耐熱温度が140℃未満の物、電波で変質する物も使えない。（例：スチロール、ポリエチレン、メラミン、ユリア、フェノール樹脂など） ＊ただし、スチロールトレーは 解凍 のみ使える。		
漆器、竹・木・炭・籐・紙製品	×使えない ●こげたり、塗りがはがれたり、ひび割れすることがある。 ＊ただし、紙、楊枝、竹串などは料理によっては使うことがある。		
ラップ	○使える ●耐熱温度が140℃以上の物が使える。 ＊ただし、砂糖・油分の多い料理など、高温になる食品には使えない。	×使えない ＊ただし、手動 オーブン「発酵」には使える。	×使えない ＊ただし、手動 レンジ「レンジ発酵」には使える。
金属容器、金串、金網、アルミホイルなど	×使えない ＊ただし、アルミホイルは電波を反射する性質を利用して部分的に使うことがある。（解凍 など）	○使える ＊ただし、取っ手などがプラスチックの物は使えない。	×使えない ＊ただし、フライパンメニュー、手動 スチーム では、付属の専用フライパンが使える。 オートメニュー 16～18、手動 スチーム では、付属の角網が使える。

＊耐熱温度は、容器に表示されている家庭用品品質表示法の表示をご覧ください。
材質や耐熱温度がわからない容器は使わないでください。
＊ あたため、ごはん、のみもの、解凍、お好み温度 のとき（赤外線センサー使用時）、ふた（陶器、ガラス、プラスチックなど）を使うと、センサーの働きが悪くなるので使わないでください。

おかずをあたためる

レンジ加熱

- 設定温度は80℃です。60～90℃に調節できます。温度の表示はめやすです。
- 食品の分量は約100～500gです。
- 手動で加熱する場合の時間のめやす。➡47ページ

1 食品を入れる

容器に入れて庫内中央に置く。
（角皿を底面に置くと、汚れ防止になります➡12ページ）

2 個以上の場合、中央に寄せる

＊食品を端に置いたり、少量の食品を加熱すると、正しく食品の温度がはかれず、発煙・発火の原因。

2 あたため スタート を押す

加熱がスタート。

約25秒後

現在温度（めやす）を表示。
（短い時間であたたまるものは表示しない）

加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。
（**容器も熱くなっていることがあるので、気をつける**）

- **でき上がりの温度を選ぶとき** ➡19ページ
  スタート後、20秒以内（ランプ点灯中）に **左ダイヤル（温度）** を回して60～90℃を選ぶ。
- **もっと熱くしたいとき** ➡46ページ
  加熱終了後 5 分以内に、**延長** を押して、**右ダイヤル（時間）** で時間を合わせる。

庫内の温度が高いと

ブザーが鳴り、ホット表示となって使えません。
とりけし を押し、ドアを開けて庫内が冷めるのを待ちます。
➡53ページ

赤外線センサーについて
➡ 9 ページ

お願い

- ■ゆで卵や目玉焼きを作ったり、あたため直しはしない。
  破裂してやけど・けが・破損の原因。
- ■市販のおべんとうは、ラップやふた、アルミホイルや別容器の調味料を取除いてから加熱する。
- ■庫内底面が熱い（表示部に「高温」が点滅している）ときは、耐熱性のない容器やラップ包装した食品などをのせない。
  溶けたり、変形の原因。
- ■食品が少量（100g未満）のときは、手動 **レンジ**「600W」で様子を見ながら加熱する。
- ■ごはんとカレーなど加熱後の仕上がり温度が異なる食品は、同時に加熱しない。

お知らせ

- ■加熱中、食品からパチパチ音がすることがありますが、異常ではありません。
- ■加熱中など、ドアの内側がくもることがありますが、本体には影響ありません。

でき上がりの温度を選ぶとき

スタート前かスタート後20秒以内（ランプ点灯中）に **左ダイヤル**（温度）を回して、設定温度を選ぶ
（**あたため** はスタート後のみ）

右に回すと設定温度が上がる
左に回すと設定温度が下がる

<設定できる温度>

あたため	ごはん	のみもの
60～90℃	60～90℃	40～80℃

＊ 5 ℃単位で設定できます。

〈下記の食品はそれぞれのキーであたためる〉

■ごはん・冷凍ごはん
➡ **ごはん**（20ページ）

■牛乳・お酒・コーヒーなど
➡ **のみもの**（21ページ）
（**あたため** では沸とうして飛び散ったり、上手に加熱できない）

■肉まん・あんまん・パン
➡手動 **レンジ**「600W」で様子を見ながら加熱（47ページ「あたため」）
- 肉まん、あんまんは水をふってから加熱（あんが先に熱くなるので注意する）

ラップをするもの

- 分量が多いとき
- あたためると飛び散って庫内がよごれるとき（カレー等）
- ラップは、食品部はゆったりと、容器のふちは蒸気がもれないようにぴったりおおう（ラップの破裂防止のため）

焼きそば・野菜炒め・煮もの
加熱後、混ぜる。
焼き魚・煮魚
煮魚は煮汁を少しかける。

カレー・シチュー
加熱後、混ぜる。
冷凍品

ラップをしないもの

汁もの（1人分）
みそ汁・すまし汁
加熱前にかき混ぜる。
（突然沸とうして、飛び散りを防ぐため）

しゅうまい
ハンバーグ
焼きとり
（常温・冷蔵品）

冷凍品について

- ■食品を上手に仕上げるため、パッケージに記載された調理時間より長くなることがあります。
- ■クリームコロッケのような中身のやわらかい物は、中身が出てしまうことがあります。

上手な加熱のコツ

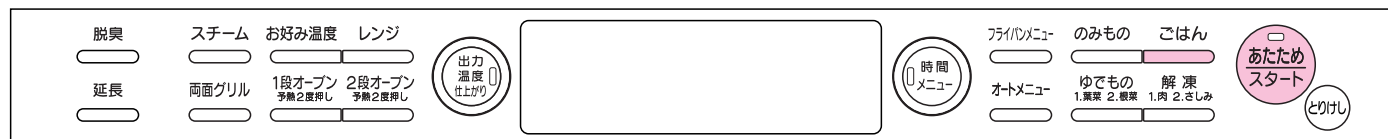
- ■パッケージに並べ方が記載されているときは、その並べ方にする。
- ■スパゲティーなどのめん類は、加熱後かき混ぜる。

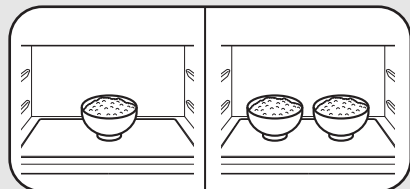
上手な加熱のコツ

- ■食品の量にあった大きさ（重さ）の、陶磁器、耐熱性の容器を使う。➡17ページ
- ■食品は高さが均一になるように盛りつける。
  （食品が薄くて平らな物のときや少量（100g以下）のときは、手動 **レンジ**「600W」で様子を見ながら加熱する）
- ■加熱の途中や終了後に、かき混ぜや裏返しをする。
- ■ぬるい部分があるときは、かき混ぜたり、裏返して **延長** または手動 **レンジ**「600W」で様子を見ながら加熱する。

ごはんをあたためる

レンジ加熱

- **設定温度は80℃です。**60～90℃に調節できます。温度の表示はめやすです。
- 食品の分量は約100～500gです。
- 手動で加熱する場合の時間のめやす。➡47ページ

1 食品を入れる

容器に入れて庫内中央に置く。
（角皿を底面に置くと、汚れ防止になります➡12ページ）

2個以上の場合、中央に寄せる

＊端に置いたり、少量の食品を加熱すると、正しく食品の温度がはかれず、発煙・発火の原因。

2 ごはん を押す

●**でき上がりの温度を選ぶとき** ➡19ページ
左ダイヤル（温度）を回して60～90℃を選ぶ。

3 あたため スタート を押す

加熱がスタート。

表示部は「レンジ」が点滅して加熱表示し、
約25秒後に現在温度（めやす）を表示。（短い時間であたたまるものは表示しない）

加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。
（**容器も熱くなっていることがあるので、気をつける**）

●**もっと熱くしたいとき** ➡46ページ
加熱終了後5分以内に、**延長**を押して、**右ダイヤル（時間）**で時間を合わせる。

庫内の温度が高いと

ブザーが鳴り、ホット表示となって使えません。
とりけしを押し、ドアを開けて庫内が冷めるのを待ちます。
➡53ページ

赤外線センサーについて
➡9ページ

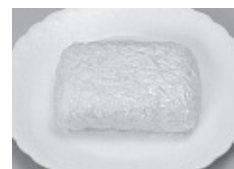
お知らせ

加熱中など、ドアの内側がくもることがありますが、本体には影響ありません。

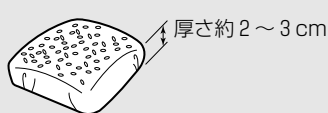
お願い

■**庫内底面が熱い（表示部に「高温」が点滅している）ときは、耐熱性のない容器やラップ包装した食品などをのせない。溶けたり、変形の原因。**
■**食品が少量（100g未満）のときは、手動レンジ「600W」で様子を見ながら加熱する。**

上手な加熱のコツ

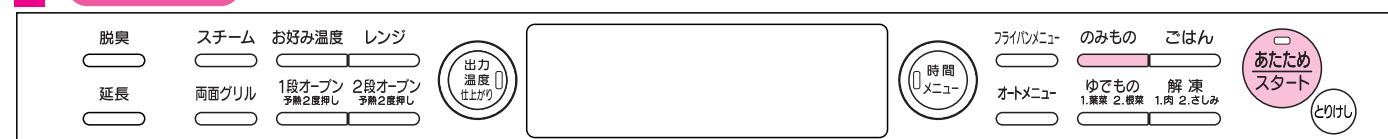
■ラップのありなし

冷凍ごはん
➡ラップをする

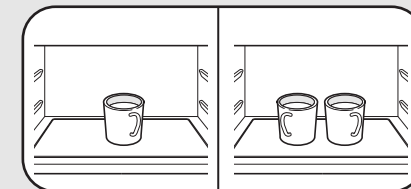
ごはん・ピラフ（常温・冷蔵）
しっとり仕上げたいときは水をふる。
➡ラップをしない

■冷凍ごはんを作るときのコツ
- 分量は1人分（1回分約150g程度）ずつにする。
- 熱いうちに、平ら（厚さ約2～3cm）に均一になるようピッタリとラップに包む。

牛乳・お酒など

のみものをあたためる

レンジ加熱

- **設定温度は60℃です。**40～80℃に調節できます。温度の表示はめやすです。
- 食品の分量は1～4杯までです。
- 手動で加熱する場合の時間のめやす。➡47ページ

1 食品を入れる

牛乳はマグカップに、
酒は耐熱性のコップなどに入れて
庫内中央に置く。
（角皿を底面に置くと、汚れ防止になります➡12ページ）

2個以上の場合、中央に寄せる

＊端に置くと仕上がりが悪くなる。また、沸とうしたり、庫内から取出した後でも突然沸とうして飛び散り、やけどの原因。

2 のみもの を押す

●**でき上がりの温度を選ぶとき** ➡19ページ
左ダイヤル（温度）を回して40～80℃を選ぶ。
お酒をあたためるときは、50～55℃に設定する。

3 あたため スタート を押す

加熱がスタート。

表示部は「レンジ」が点滅して加熱表示し、
約25秒後に現在温度（めやす）を表示。（短い時間であたたまるものは表示しない）

加熱終了 加熱終了音が鳴る

食品を取出す。
（**容器や取っ手も熱くなっていることがあるので、気をつける**）

●**もっと熱くしたいとき** ➡46ページ
加熱終了後5分以内に、**延長**を押して、**右ダイヤル（時間）**で時間を合わせる。

庫内の温度が高いと

ブザーが鳴り、ホット表示となって使えません。
とりけしを押し、ドアを開けて庫内が冷めるのを待ちます。
➡53ページ

赤外線センサーについて
➡9ページ

お願い

庫内底面が熱い（表示部に「高温」が点滅している）ときは、耐熱性のない容器やラップ包装した食品などをのせない。溶けたり、変形の原因。

上手な加熱のコツ

■1杯分の分量のめやす
- 牛乳＝約200mL
- 酒かん＝約180mL
（1mL＝1cc）
- 容器の約8分目をめやすに入れる。
- 容器に対して少量しか入れないと、仕上がり温度が高くなり、沸とうする場合がある。

■加熱後は
かき混ぜる。

■首の細いとっくりは
上1/3をアルミホイルでおおって、しっかりと押さえる。

アルミホイル

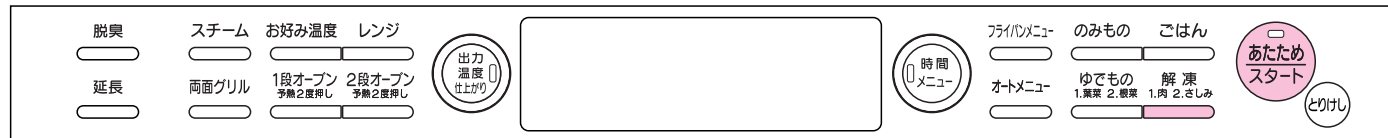
■分量にあった容器を使う
- 容器の大きさ、形状、厚さ、材質により、仕上がり温度がかわる。
- とっくりは背の低い物を使う。
- 牛乳ビンや紙パックでの加熱はしない。

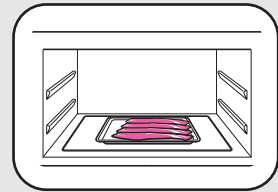
肉や魚を解凍する

レンジ加熱

- 食品の分量は約100～500gです。
- 出力約100W相当のレンジ加熱です。
- 手動で加熱する場合の時間のめやす。➡47ページ

脱臭 スチーム お好み温度 レンジ 延長 両面グリル 1段オーブン 2段オーブン

フライパンメニュー のみもの ごはん オートメニュー ゆでもの 解凍 1.肉 2.さしみ あたため スタート とりけし

1 ラップをはずした食品を入れる

ラップをはずし、
スチロールトレーごと庫内中央に置く。
（角皿を底面に置くと、汚れ防止になります➡12ページ）

お願い

ラップ、飾りははずす。

2 解凍 1.肉 2.さしみ を押す

肉は **1 回押す**　　さしみは **2 回押す**

解凍 1　　解凍 2

●仕上がりの調節をしたいとき　➡14ページ
左ダイヤル（仕上がり）を回して、「強め」または「弱め」に合わせる。

3 あたため スタート を押す

加熱がスタート。（約3～20分）

表示部は「解凍」が点滅し、加熱表示になる。
数分後、残り時間を表示する。
（ただし、表示しない場合もある）

加熱終了　加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

●まだ解凍できていないとき　➡46ページ
加熱終了後5分以内に、延長を押して、右ダイヤル（時間）で時間を合わせる。

庫内の温度が高いと

ブザーが鳴り、ホット表示となって使えません。
とりけしを押し、ドアを開けて庫内が冷めるのを待ちます。
➡53ページ

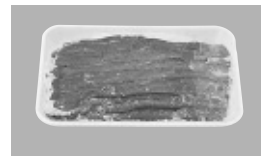
お願い

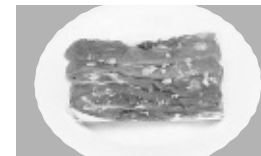
庫内や底面が熱い（表示部に「高温」が点滅している）ときは、ドアを開けて冷やしてから使う。（約15分）

お知らせ

食品の形状・初期温度によっては、部分的に煮えることがあります。

スチロールトレーのとき

ラップをはずしてスチロールトレーごと庫内中央に置く

スチロールトレーがないとき

平皿の上に、ラップをはずした食品をのせ、庫内中央に置く

次の場合、自動でできません

- 少量（100g未満）のとき
- オーブン使用後など、庫内があたたかいとき
- ラップ包装のまま解凍したいとき
- 冷凍室から出してしばらく時間のたったもの、溶けかけているもの

手動 レンジ「200W」で様子を見ながら解凍する

1. 肉解凍

- 解凍後、加熱調理するときなど（ほぐせる仕上がり）

薄切り肉
冷凍時に、できるだけ重ねないで平らにする。

ひき肉
冷凍時に、薄く平らな形に小分けする。

かたまり肉
側面にアルミホイルを巻く。
仕上がり「強め」を使う。

とり肉
骨付きのもも肉は、細い部分にアルミホイルを巻く。

2. さしみ解凍

- 解凍後、そのまま生で食べるときなど（包丁で切れる仕上がり）

まぐろ・切り身魚
厚さが均一でないときは、薄い部分にアルミホイルを巻く。

えび
冷凍時に、重ねないで平らにする。

一匹魚
頭、尾などの細い部分にアルミホイルを巻く。

お願い

アルミホイルは庫内底面や壁、ドアに触れないように巻く。触れると火花の原因。

上手な解凍のコツ

■ラップをはずす
ラップをしたままでは、自動で解凍できない。

■厚みのある物、かたまり肉などは側面にアルミホイルを巻く
側面だけ早く解凍されるのを防ぐことができる。
また、左ダイヤル（仕上がり）で「強め」を使う。

■細い部分、薄い部分にはアルミホイルを巻く
解凍のしすぎを防ぐことができる。
また、薄い物は左ダイヤル（仕上がり）で「弱め」を使う。

■冷凍室から出してすぐに解凍
溶けかけている物、100g未満の物は、解凍しすぎを防ぐため手動 レンジ「200W」で様子を見ながら解凍する。

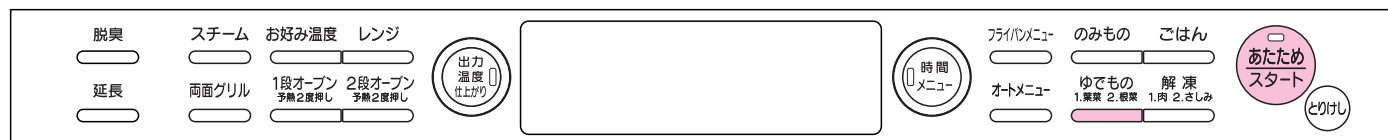
■ホームフリージングは
- 新鮮な物を選ぶ。
- 飾りや敷き物は取除く。
- 1回分（約200g）ずつに分けて、約3cm以内に厚さをそろえる。
- 空気を抜き、ラップなどで密封する。

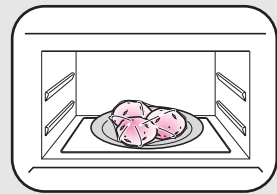
野菜をゆでる
（ゆでもの）

レンジ加熱

- 食品の分量は葉菜が約100～500g、根菜が約100～600gです。
- 出力600Wのレンジ加熱です。
- 手動で加熱する場合の時間のめやす。➡47ページ

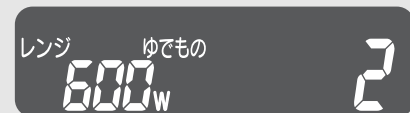
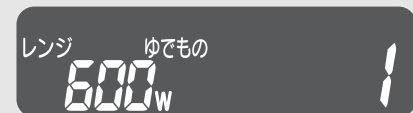
脱臭　スチーム　お好み温度　レンジ　延長　両面グリル　1段オーブン　2段オーブン

フライパンメニュー　のみもの　ごはん　オートメニュー　ゆでもの　解凍　あたため スタート　とりけし

1 食品を入れる

①食品を洗い、水気を残したまま
　ラップでピッタリ包む。
②平らな耐熱皿にのせて、庫内中央に置く。
（角皿を底面に置くと、汚れ防止になります➡12ページ）

2 ゆでもの 1.葉菜 2.根菜 を押す

葉・花・果菜は **1 回押す**

根菜は **2 回押す**

レンジ　ゆでもの　600W　2

● **仕上がりの調節をしたいとき**　➡14ページ
左ダイヤル（仕上がり）を回して、「**強め**」または「**弱め**」に合わせる。

3 あたため スタート を押す

加熱がスタート。

表示部は「ゆでもの」が点滅し、加熱表示になる。
数分後、残り時間を表示する。

加熱終了　加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

● **加熱がたりないとき**　➡46ページ
加熱終了後５分以内に、**延長**を押して、**右ダイヤル**（時間）で時間を合わせ、様子を見ながら加熱する。
（再度、**ゆでもの**で加熱しない。さつまいもなどは加熱しすぎとなり、焦げ・発煙・発火の原因）

庫内の温度が高いと

ブザーが鳴り、ホット表示となって使えません。
とりけしを押し、ドアを開けて庫内が冷めるのを待ちます。
➡53ページ

お願い

■ **庫内や底面が熱い（表示部に「高温」が点滅している）ときは、耐熱性のない容器やラップ包装した食品などをのせない。溶けたり、変形の原因。**
■ **少量（100g未満）や、すでに加熱されたものは、ゆでものは使わない。手動レンジ「600W」で様子を見ながら加熱する。**
■ **細く小さいもの（100g未満）、保存などにより乾燥しているものは、手動レンジ「600W」で加熱時間を短めにして、様子を見ながら加熱する。**

お知らせ

加熱中など、ドアの内側がくもることがありますが、
本体には影響ありません。

● 洗ってラップに包み、耐熱皿にのせる。

葉・花・果菜
（**ゆでもの**を１回押す）

ブロッコリー・カリフラワー

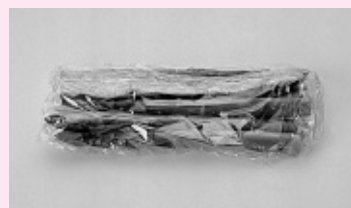
小房に分けて太い部分に切り込みを入れる。

なす

加熱後、水にさらしてアクを抜く。

ほうれん草・キャベツ・白菜など

茎と葉を交互に重ねてラップに包む。アクの強い物は、加熱後、水にさらしてアクを抜く。

グリーンアスパラガス

根元の固い部分の皮をむく。穂先と根元を交互に重ねて、ラップに包む。加熱後、水にさらして色止めをする。

根菜・火の通りにくい物
（**ゆでもの**を２回押す）

じゃがいも・さつまいも

加熱後、**約５分**庫内でむらす。

かぼちゃ

大きさをそろえて平らにし、ラップに包む。

とうもろこし

皮をむいてラップに包む。（はじける音がするときがある。）

細かく切ったもの・少量のとき

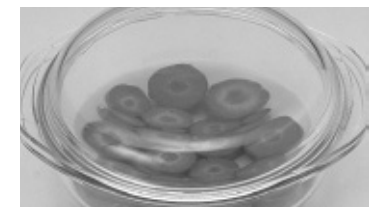
➡手動**レンジ**「600W」で
　様子を見ながら加熱する

お知らせ

薄く切ったもの、小さく切ったもの（にんじん、ミックスベジタブルなど）の少量加熱は、火花が出ることがあります。
耐熱容器に入れ、ひたひたの水を加えたり、様子を見ながら手動**レンジ**「600W」で加熱してください。

例）
玉ねぎのみじん切り

中１コ（200g）＝約４分
ふたをしないで加熱する。

にんじんのスライス

中１本（100g）＝約８～10分
ひたひたの水を入れ、ふたをして加熱する。

上手な加熱のコツ

■洗ったあとの水気を残したまま加熱する。
■厚さや大きさをそろえて加熱する。
■加熱の途中で、裏返しやかき混ぜをすると、加熱ムラが少なくなる。
■ほうれん草やなすなどアクの強い野菜は、加熱前や加熱後に水にさらしてアクを抜く。

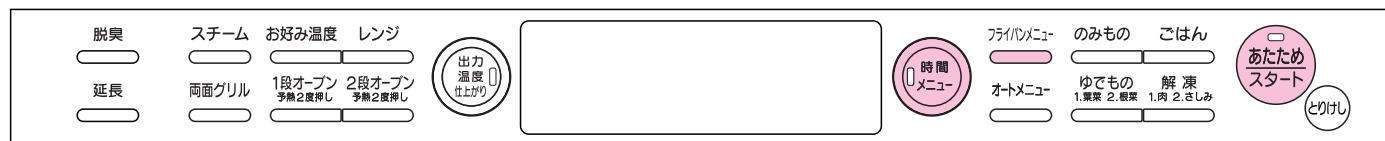
こんなメニューのときに便利

- コロッケ➡じゃがいも（2.根菜）…水っぽくならず、コロッケの形が整えやすくなります。
- マーボーなす➡なす（1.葉菜）…炒めるとき、油の量を減らせます。
- かぼちゃの煮物➡かぼちゃ（2.根菜）…煮込みの時間が短くできます。

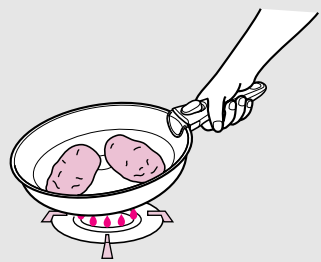
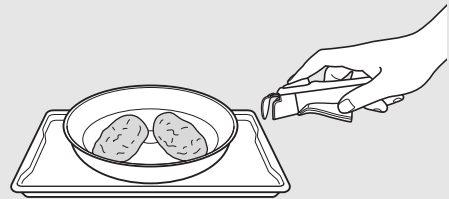
フライパンメニューで調理する（1〜6）

ハイブリッド加熱 ／ ヒーター加熱

専用フライパン＋角皿を使う

- 別冊のメニュー集記載のフライパンメニューが、番号を合わせてスタートすれば、自動でできます。
- 専用フライパンで下ごしらえをして、オーブンレンジで仕上げます。

例 ハンバーグを作るとき

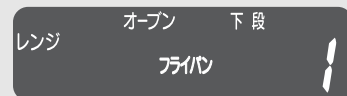
1 専用フライパンで食品に焼き色をつける

ガスコンロなどの中火で食品の両面にほどよく焼き色をつける。

2 角皿の中央にのせて取っ手をはずす

●取っ手のはずし方 ➡13ページ

3 棚下段にのせる

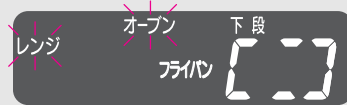
お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

4 フライパンメニュー を押す

5 時間/メニュー（右ダイヤル）を回してメニュー番号を「1. ハンバーグ」に合わせる

右に回すと、メニュー番号が「1」→「6」にかわる。
左に回すと、「6」→「1」にかわる。

●仕上がりの調節をしたいとき
左ダイヤル（仕上がり）を回して、「強め」または「弱め」に合わせる。

6 あたためスタート を押す

加熱がスタート。
約10秒後に加熱表示になる。

約２分後、残り時間を表示。

加熱終了 加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

●加熱時間を延長したいとき ➡46ページ
加熱終了後５分以内に、延長を押して、右ダイヤル（時間）で時間を合わせる。

お知らせ
■フライパンを庫内に入れたとき、ブザーが鳴って「高温」が表示されることがありますが、フライパンが熱いときのお知らせです。（そのまま操作できます。）
■メニュー番号とメニュー名はドア下側にあります。

メニュー番号
1 ハンバーグ

（棚下段：専用フライパン＋角皿）

ハイブリッド加熱です

スペイン風チーズオムレツ	➡別冊P14
さつまいもとりんごのクランブル	➡別冊P24
ハンバーグ	➡別冊P52
ハンバーグのアレンジメニュー	➡別冊P52
豆腐ハンバーグ	➡別冊P52
ピーマンの肉詰め	➡別冊P53
肉だんご	➡別冊P53

メニュー番号
2 手作りフライ

（棚下段：専用フライパン＋角皿）

ハイブリッド加熱です

アスパラのヘルシーシシカバブ風	➡別冊P29
茄子とズッキーニのムサカ	➡別冊P42
ロースかつ	➡別冊P53
ロースかつのアレンジメニュー	➡別冊P53
エビフライ	➡別冊P54
さけフライ	➡別冊P54
いわしのカレーフライ	➡別冊P54
串カツ	➡別冊P55
とりささみのごま揚げ風	➡別冊P55
牛肉のピカタ	➡別冊P55
メンチカツ	➡別冊P55

メニュー番号
3 照り焼き

（棚下段：専用フライパン＋角皿）

ハイブリッド加熱です

とりの照り焼き	➡別冊P56
ぶりの照り焼き	➡別冊P56
まぐろの照り焼き	➡別冊P56

メニュー番号
4 カレー／スープ

（棚下段：専用フライパン＋角皿）

ハイブリッド加熱です

お手軽カレー	➡別冊P56
肉だんごのスープ煮	➡別冊P57

メニュー番号
5 ローストビーフ

（棚下段：専用フライパン＋角皿）

オーブン加熱です

ローストビーフ	➡別冊P57

メニュー番号
6 パエリア

（棚下段：専用フライパン＋角皿）

オーブン加熱です

パエリア	➡別冊P57
パエリアのアレンジメニュー	➡別冊P57

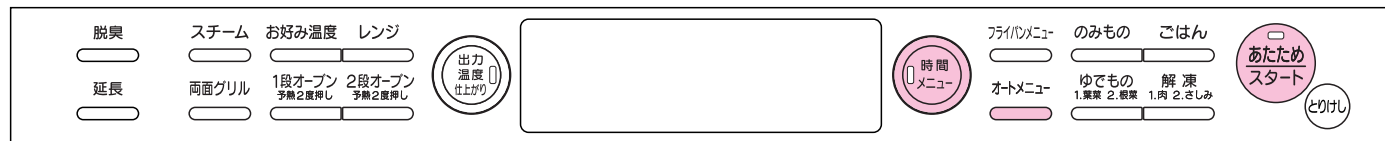
お願い
■専用フライパンは必ず角皿の中央にのせて、棚下段にのせる。（庫内底面に置かない）
（専用フライパンが庫内壁面やドアに接触すると、火花が発生し、本体や専用フライパンの変色・破損の原因）
■取っ手は必ずはずす。
（取っ手をつけたまま加熱すると、火花・破損の原因。）
■食品を入れずに、加熱しない。
専用フライパンや庫内、ドアの内側が異常に熱くなり、やけど、火花・故障の原因。
■専用フライパン以外を使わない。
一般の鍋・フライパンや付属の専用フライパン以外のティファール製品も使えない。（火花・破損の原因）

専用フライパンについて
➡12ページ

ハイブリッド加熱（フライパンメニュー：１〜４）について
レンジとヒーターを同時に使い、調理します。
■専用フライパン(食品)を入れてから、スタートを押してください。（予熱は必要ありません）
■ふた、金串、アルミホイルは使わない。
レンジとヒーターを同時に使うハイブリッド加熱のため、使えない。（火花の原因）

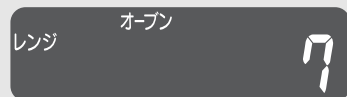
オートメニューで調理する（7～9）

ハイブリッド加熱

●別冊のメニュー集記載のメニューが、番号を合わせてスタートすれば、自動でできます。

例 肉じゃがを作るとき

1 食品を入れる

容器に入れて庫内中央に置く。

2 オートメニュー を押し、(右ダイヤル)を回して メニュー番号を「7. 肉じゃが」に合わせる

右に回すと、メニュー番号が「7」→「18」にかわる。
左に回すと、「18」→「7」にかわる。

●**仕上がりの調節をしたいとき** ➡14ページ
左ダイヤル（**仕上がり**）を回して、
「強め」または**「弱め」**に合わせる。

3 あたためスタート を押す

加熱がスタート。
約10秒後に加熱表示になる。

約20秒後、残り時間を表示。

ブザーが鳴ったら、食品を取出してアクを取り、かき混ぜる

お願い
容器が熱くなっているのでミトンなどを使う。

4 食品を入れる

庫内中央に置く。

5 あたためスタート を押す

加熱がスタート。

加熱終了 加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

●**加熱時間を延長したいとき** ➡46ページ
加熱終了後５分以内に、**延長**を押して、
右ダイヤル（**時間**）で時間を合わせる。

お知らせ
メニュー番号とメニュー名はドア下側にあります。

ハイブリッド加熱について
➡30ページ

メニュー番号
7 肉じゃが

ハイブリッド加熱です

メニュー	参照
筑前煮	➡別冊P92
肉じゃが	➡別冊P98

お知らせ
加熱途中にブザーが鳴り、3分間、加熱が止まります。食品を取出してアクを取り、かき混ぜて **スタート** を押すと、加熱を継続します。
（ドアを開けないと、3分後に自動的に加熱を継続します。）

メニュー番号
8 煮魚

ハイブリッド加熱です

メニュー	参照
いわしのしょうが煮	➡別冊P72
かれいの煮つけ	➡別冊P73
さばのみそ煮	➡別冊P74

メニュー番号
9 煮豆

ハイブリッド加熱です

メニュー	参照
黒豆	➡別冊P106
金時豆	➡別冊P106

オートメニューで調理する（10～12）

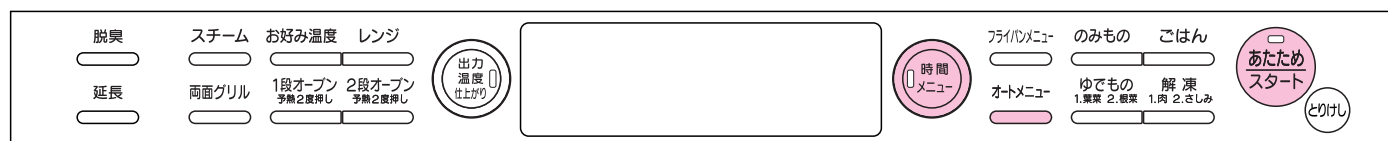
ハイブリッド加熱 ／ ヒーター加熱

付属品は別冊メニュー集にしたがう

●別冊のメニュー集記載のメニューが、番号を合わせてスタートすれば、自動でできます。

脱臭　スチーム　お好み温度　レンジ
延長　両面グリル　1段オーブン 予熱2度押し　2段オーブン 予熱2度押し

フライパンメニュー　のみもの　ごはん
オートメニュー　ゆでもの 1.葉菜 2.根菜　解凍 1.肉 2.さしみ

とりけし

例　グラタンを焼くとき

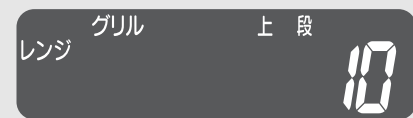
1 食品を入れる

角皿に食品をのせ、棚上段にのせる。

お願い

角皿は奥までしっかり入れる。

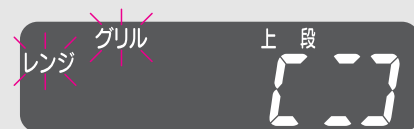
2 オートメニュー を押し、

（時間メニュー）（右ダイヤル）を回してメニュー番号を「10. 手作りグラタン」に合わせる

グリル　上 段
レンジ　10

右に回すと、メニュー番号が「7」→「18」にかわる。
左に回すと、「18」→「7」にかわる。

●**仕上がりの調節をしたいとき** ➡14ページ
左ダイヤル（**仕上がり**）を回して、
「**強め**」または「**弱め**」に合わせる。

3 を押す

加熱がスタート。
約10秒後に加熱表示になる。

約20秒後、残り時間を表示。
（「10. 手作りグラタン」では、残り時間を表示するまで15分程度かかったり、残り時間が表示されないことがある。）

加熱終了　加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

●**加熱時間を延長したいとき** ➡46ページ
加熱終了後5分以内に、**延長**を押して、
右ダイヤル（**時間**）で時間を合わせる。

お知らせ

■メニュー番号とメニュー名はドア下側にあります。
■設定温度の変更はできません。
■予熱は必要ありません。

ハイブリッド加熱について

レンジとヒーターを同時に使い、調理します。
使える容器は耐熱性のあるガラス容器、陶器、磁器です。
●金属製のもの・アルミホイルは使えません。（火花の原因）
ただし、**フライパンメニュー**・手動**スチーム**では、付属のフライパンが、**スチーム**16～18・手動**スチーム**では、付属の角網が使えます。
●プラスチック製のもの・ラップは使えません。（溶けの原因）
ただし、オーブン・グリル指定のものは使えます。

メニュー番号
10 手作りグラタン

（棚上段：角皿）

ハイブリッド加熱です

メニュー	参照
マカロニグラタン	➡別冊P63
豆乳グラタン	➡別冊P63
ほうれん草とさけのグラタン	➡別冊P64
なすのグラタン	➡別冊P64
シーフードグラタン	➡別冊P64
チキンドリア	➡別冊P65
ラザニア	➡別冊P65

※市販の冷凍グラタン（オーブン用・電子レンジ用）は自動ではできません。

メニュー番号
11 直火煮込

ハイブリッド加熱です

メニュー	参照
ビーフシチュー	➡別冊P68
レストランカレー	➡別冊P68
ミートソース	➡別冊P69
クリームシチュー	➡別冊P69
サンゲタン	➡別冊P69

お願い

■容器は、耐熱性のあるガラスや陶磁器で、底が平らな直径20cm深さ9cm程度のふたつきのものを使う。
（レンジとオーブンの同時加熱なので、金属製のものは使えない）
■メニュー集記載の分量・容器・調理法を守る。
（分量が多いとふきこぼれて、庫内底面が汚れて、こびりつきの原因）
■加熱終了後、容器が熱くなっているので、ミトンなどを使って取出す。

お知らせ

スタート後、約10分経過時点でブザーが鳴り、3分間加熱が止まります。食品をかき混ぜ、**スタート**を押すと、加熱を継続します。
（ドアを開けないと、3分後に自動的に加熱を継続します。）

メニュー番号
12 スフレチーズケーキ

（棚下段：角皿：水350mL）

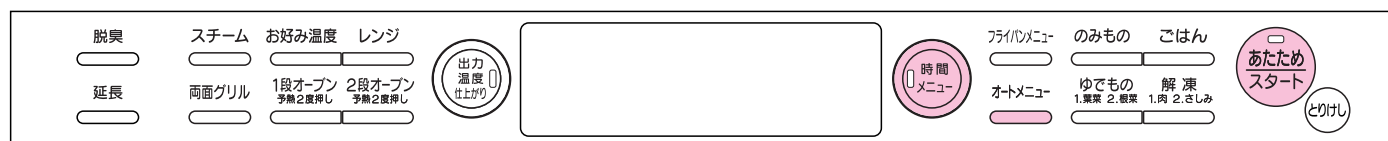
オーブン加熱です

スフレチーズケーキ　➡別冊P113

オートメニューで調理する（13〜15：スチーム蒸し）

ハイブリッド加熱

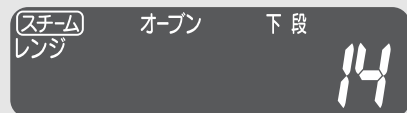
角皿を使う

●レンジとヒーターを同時に使う、ハイブリッド加熱のメニューです。
●別冊のメニュー集記載の蒸し料理が自動でできます。

例 茶わんむしを作るとき

1 食品を入れる

角皿に食品をのせ、付属の水量カップで水（200mL）を注ぎ、棚下段にのせる

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

2 オートメニュー を押して、（右ダイヤル）を回してメニュー番号を「14. 茶わんむし」に合わせる

スチーム レンジ オーブン 下段 14

右に回すと、メニュー番号が「7」→「18」にかわる。
左に回すと、「18」→「7」にかわる。

●仕上がりの調節をしたいとき ➡14ページ
左ダイヤル（仕上がり）を回して、「強め」または「弱め」に合わせる。

3 あたため スタート を押す

加熱がスタート。
約10秒後に加熱表示になる。

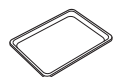
約20秒後、残り時間を表示。

加熱終了 加熱終了音が鳴る
食品を取出す。
（角皿にお湯が残っていることがあるので、気をつける）

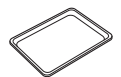
●加熱時間を延長したいとき ➡46ページ
加熱終了後5分以内に、延長を押して、右ダイヤル（時間）で時間を合わせる。

お知らせ
■メニュー番号とメニュー名はドア下側にあります。
■予熱は必要ありません。

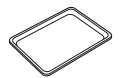
ハイブリッド加熱について
➡30ページ

13 手作りとうふ

（棚下段：角皿：水200mL）

ハイブリッド加熱です 手作りとうふ ➡別冊P59

14 茶わんむし

（棚下段：角皿：水200mL）

ハイブリッド加熱です 茶わんむし ➡別冊P58
中華風茶わんむし ➡別冊P58

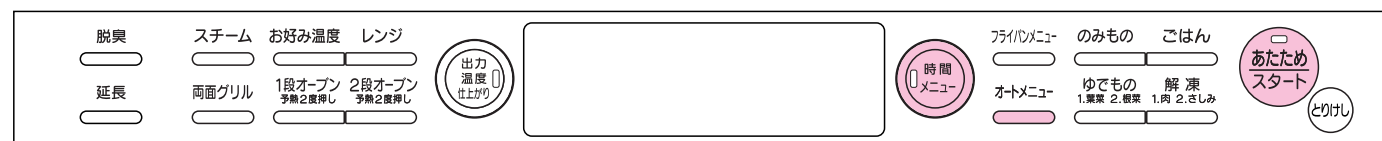
15 手作りしゅうまい

（棚下段：角皿：水200mL）

ハイブリッド加熱です 手作りしゅうまい ➡別冊P59
手作りしゅうまいのアレンジメニュー ➡別冊P59

オートメニューで調理する（16〜18：スチーム焼き）

ハイブリッド加熱

付属品は別冊メニュー集にしたがう

●レンジとヒーターを同時に使う、ハイブリッド加熱のメニューです。
●スチーム焼きについて。➡別冊60ページ

例 から揚げを作るとき

1 角皿に水（50mL）を入れる

角皿に付属の水量カップで水を入れて、棚下段にのせる。

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

2 食品を入れる

もう1枚の角皿に角網をのせる。食品をのせて棚上段にのせる。（①の角皿は入れておく）

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

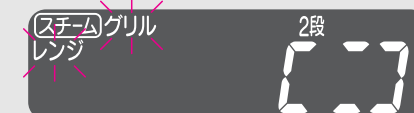
3 オートメニュー を押し、（右ダイヤル）を回してメニュー番号を「16. から揚げ／スペアリブ」に合わせる

スチーム グリル レンジ 2段 16

右に回すと、メニュー番号が「7」→「18」にかわる。
左に回すと、「18」→「7」にかわる。

●食品に残る油分（オートメニュー16と18）、塩分（オートメニュー17）の調節をしたいとき ➡14ページ
左ダイヤル（仕上がり）を回して、「強め（少なめ）」または「弱め（多め）」に合わせる。

4 あたため スタート を押す

加熱がスタート。
10秒後に加熱表示になる。

約20秒後、残り時間を表示。
（「18.フライ再加熱」では、残り時間を表示するまでに約5分かかる。）

加熱終了 加熱終了音が鳴る
食品を取出す。
（角皿にお湯が残っていることがあるので、気をつける）

●加熱時間を延長したいとき ➡46ページ
加熱終了後5分以内に、延長を押して、右ダイヤル（時間）で時間を合わせる。

16 から揚げ／スペアリブ

（棚上段：角皿＋角網
棚下段：角皿：水50mL）

とりのから揚げ ➡別冊P60
たこのから揚げ ➡別冊P60
スペアリブ ➡別冊P61
スペアリブのアレンジメニュー ➡別冊P61

17 焼き魚（切身）

（棚上段：角皿＋角網
棚下段：角皿：水50mL）

さけ焼き ➡別冊P61
あじの開き ➡別冊P61
さばの塩焼き ➡別冊P61

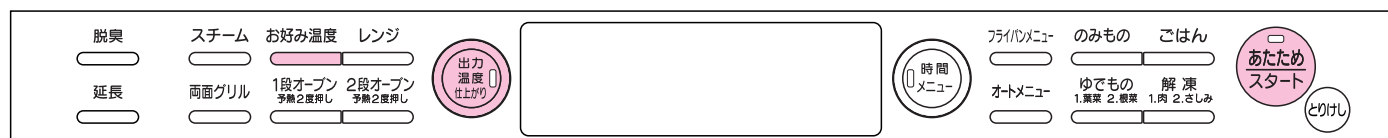
18 フライ再加熱

（棚上段：角皿＋角網
棚下段：角皿：水50mL）

（ラップ・包装ははずす）
●調理済みのフライなど（常温・冷蔵）をサクッと仕上げます。（冷凍品はあたためを使う）
●食品の分量は約100〜300gまでです。
●手動で加熱する場合の時間のめやす。 ➡47ページ

お好み温度にあたためる

レンジ加熱

- 赤外線センサーを使い、食品の仕上がり温度をお好みに設定できます。温度の表示はめやすです。
- 設定できる温度は－10～90℃、食品の分量は約100～500gです。

1 食品を入れる

容器に入れて庫内中央に置く。
（角皿を底面に置くと、汚れ防止になります➡12ページ）

2 お好み温度 を押す

レンジ 設定 60℃

3 出力温度仕上がり（左ダイヤル）を回してお好みの設定温度に合わせる

右に回すと設定温度が上がる。
左に回すと設定温度が下がる。

レンジ 設定 75℃

－10～０℃は２℃単位、
０～90℃までは５℃単位で設定できる。

4 あたためスタート を押す

加熱がスタート。

約25秒後、現在温度（めやす）を表示。
（スタート後は、設定温度の変更はできません）

加熱終了 加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

上手な加熱のコツ
➡19ページ

赤外線センサーについて➡９ページ

お願い
庫内底面が熱い（表示部に「高温」が点滅している）ときは、耐熱性のない容器やラップ包装した食品などをのせない。溶けたり、変形の原因。

庫内の温度が高いと（ホット表示）

お好み温度 を押すとブザーが鳴り、ホット表示となって使えません。
とりけし を押し、ドアを開けて庫内が冷めるのを待ちます。（約15分）
ただし、手動 レンジ はすぐに使えます。

<お好み温度と食品のめやす>

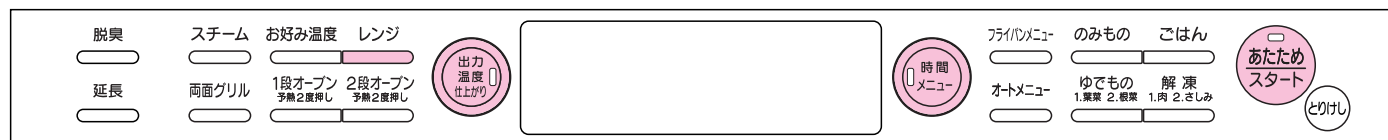
<お好み温度表示>（本体）

＊ドア下側にあります

※ベビーフードの１回に加熱できる量は60～130g。

レンジで調理する
（「1000W」「600W」「500W」「200W」「100W」「レンジ発酵」）

レンジ加熱

- レンジ出力は、1000W、600W、500W、200W、100W、レンジ発酵が選べます。（レンジ発酵はハイブリッド加熱です）
- 設定できる時間は、1000Wは10秒～5分、600W・500Wは10秒～20分、200W・100Wは30秒～90分、レンジ発酵は30秒～20分です。

1 食品を入れる
容器に入れて庫内中央に置く。
（角皿を底面に置くと、汚れ防止になります➡12ページ）

2 レンジ を押す
レンジ「600W」が表示される。

3 出力温度仕上がり（左ダイヤル）を回してレンジ出力を選ぶ
右に回すと「1000W」、
左に回すと「500W」、「200W」、「100W」、「レンジ発酵」が表示される。

4 時間メニュー（右ダイヤル）を回して時間を合わせる
＊20分以上は分のみを表示

1000Wのときは、10秒～30秒は5秒単位、30秒～5分は10秒単位で表示。
600W・500Wのときは、10秒～5分は10秒単位、5～20分は30秒単位で表示。
200W・100W・レンジ発酵のときは、30秒～10分は30秒単位、10～30分は1分単位、30～90分は5分単位で表示。（レンジ発酵は20分まで）

5 あたためスタート を押す
加熱がスタート。

残り時間を表示。

加熱終了 加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

- **加熱時間を延長したいとき** ➡46ページ
  加熱終了後5分以内に、**延長**を押して、**右ダイヤル**（**時間**）で時間を合わせる。

上手な加熱のコツ
■加熱時間は、食品の量が2倍になると2倍弱になる。
■加熱時間を短めにし、途中でできばえを見て調節したり、かき混ぜや裏返しをする。
■煮こみのとき
- ふきこぼれを防ぐため、必ず深めの耐熱容器を使う。
- ふたがないときはラップをかける。
- 落としぶたは、耐熱容器よりもひとまわり小さめの皿やオーブンシートでもよい。

お願い
■庫内底面が熱い（表示部に「高温」が点滅している）ときは、耐熱性のない容器やラップ包装した食品などをのせない。溶けたり、変形の原因。
■安全のため、乾燥したものや、少量（100g未満）のものは、レンジ出力を低下させることがある。加熱が不足のときは、手動 **レンジ**「600W」を使い、食品の状態を確認しながら、再度、加熱する。

お知らせ
加熱中など、ドアの内側がくもることがありますが、本体には影響ありません。

両面グリルで調理する

ヒーター加熱

- 表面に焼き色をつける料理などに使います。
- 300℃の高温で加熱します。
（温度の変更、予熱はできません。）
- 設定できる時間は1～30分です。

1 食品を入れる
角皿に食品をのせ、棚上段にのせる。

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

2 両面グリル を押す
3 時間メニュー（右ダイヤル）を回して時間を合わせる
1～10分は30秒単位、
10～30分は1分単位で表示。
（20分以上は分のみを表示。）

4 あたためスタート を押す
加熱がスタート。

残り時間を表示。

加熱終了 加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

- **加熱時間を延長したいとき** ➡46ページ
  加熱終了後5分以内に、**延長**を押して、**右ダイヤル**（**時間**）で時間を合わせる。

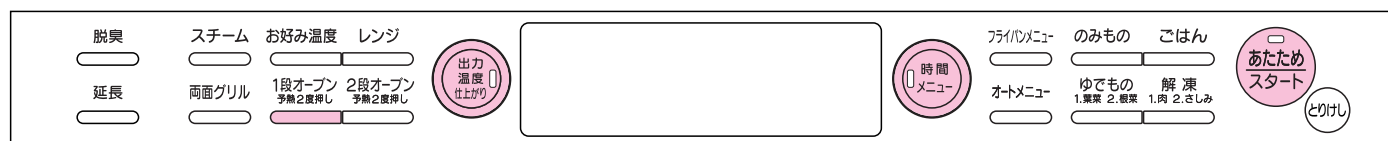
オーブンで調理する

1段オーブン（予熱なし）

ヒーター加熱

角皿を使う

＊メニューによっては角網も使う

●設定できる温度は100℃～300℃、時間は１～120分です。

1 食品を入れる

角皿に食品をのせ、
棚上段または棚下段にのせる。

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

2 1段オーブン 予熱2度押し を押す

発酵40℃が表示される。

3 （左ダイヤル）を回して温度を合わせる

右に回すと、発酵45℃、100～300℃、10℃単位で表示される。
左に回すと、発酵35℃、発酵30℃が表示される。

4 （右ダイヤル）を回して時間を合わせる

１～10分は30秒単位、10～30分は１分単位、30～120分は５分単位で表示。
（20分以上は分のみを表示。）

5 あたため スタート を押す

加熱がスタート。

残り時間を表示。

●途中で温度を変更したいとき
① １段オーブン を押す（温度が点滅）
② 左ダイヤル（温度）で温度を合わせる

加熱終了 加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

●**加熱時間を延長したいとき** ➡46ページ
加熱終了後５分以内に、延長 を押して、右ダイヤル（時間）で時間を合わせる。

上手な加熱のコツ
➡41ページ

専用フライパンを使うとき ➡12ページ
■角皿の中央にのせ、取っ手をはずして棚上段または棚下段にのせる。
■設定温度は250℃以下にする。
（専用フライパン表面のふっ素樹脂加工を守るため）

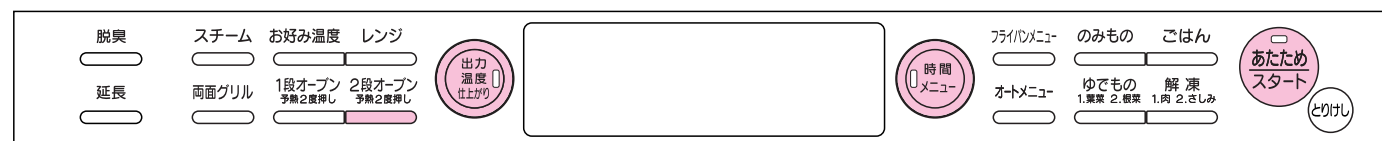
オーブンで調理する

2段オーブン（予熱なし）

ヒーター加熱

角皿を使う

（棚上段・棚下段）

●設定できる温度は100℃～300℃、時間は１～120分です。

1 食品を入れる

角皿に食品をのせ、
棚上段と棚下段にのせる。

お願い
角皿は奥までしっかり入れる。

2 2段オーブン 予熱2度押し を押す

発酵40℃が表示される。

3 （左ダイヤル）を回して温度を合わせる

右に回すと、発酵45℃、100～300℃、10℃単位で表示される。
左に回すと、発酵35℃、発酵30℃が表示される。

4 （右ダイヤル）を回して時間を合わせる

１～10分は30秒単位、10～30分は１分単位、30～120分は５分単位で表示。
（20分以上は分のみを表示。）

5 あたため スタート を押す

加熱がスタート。

残り時間を表示。

●途中で温度を変更したいとき
① ２段オーブン を押す（温度が点滅）
② 左ダイヤル（温度）で温度を合わせる

設定260℃以上のときは
加熱途中で棚上段と棚下段を入れかえる。
（焼きムラを少なくするため）

加熱終了 加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

●**加熱時間を延長したいとき** ➡46ページ
加熱終了後５分以内に、延長 を押して、右ダイヤル（時間）で時間を合わせる。

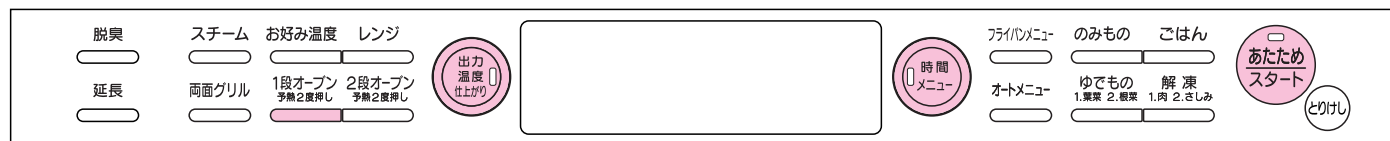
上手な加熱のコツ
➡41ページ

オーブンで調理する

１段オーブン（予熱あり）

ヒーター加熱

予熱のときは、角皿、食品は入れない。

- 予熱が必要なメニューのときに使います。
- 設定できる温度は100～300℃、時間は１～120分です。
- 予熱は自動的に行います。予熱時間は約８～25分です。

予熱する

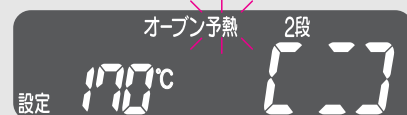
1 1段オーブン 予熱2度押し を2回押す

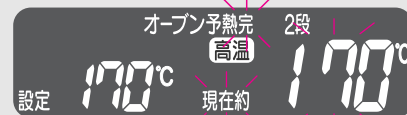
200℃が表示される。

2 （左ダイヤル）を回して温度を合わせる

100～300℃、10℃単位で表示。
（右に回すと温度が上がる。左に回すと温度が下がる。）

3 あたため スタート を押す

予熱がスタート。

約20秒後に現在温度を表示。

予熱終了　予熱終了音が鳴る

30秒ごとにブザーが鳴り、20分間は保温している。

お知らせ
保温が終了すると、⑤ の操作ができない。手順 ① からやり直す。

加熱する

4 食品を入れる

角皿に食品をのせ、棚にのせる。

⚠注意
予熱後は、庫内が熱くなっているので、やけどに注意する。

お願い　角皿は奥までしっかり入れる。

5 （右ダイヤル）を回して時間を合わせる

１～10分は30秒単位、10～30分は１分単位、30～120分は５分単位で表示。
（20分以上は分のみを表示。）

6 あたため スタート を押す

加熱がスタート。

残り時間を表示。

●途中で温度を変更したいとき
① １段オーブン を押す（温度が点滅）
② 左ダイヤル（温度）で温度を合わせる

加熱終了　加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

●加熱時間を延長したいとき ➡46ページ
加熱終了後５分以内に、延長 を押して、右ダイヤル（時間）で時間を合わせる。

お知らせ

現在温度は、庫内のおよその温度です。
途中でドアを開けたときなど、表示と実際の温度が異なる場合があります。

専用フライパンを使うとき ➡12ページ

■予熱のとき、専用フライパンは入れない。
■設定温度は250℃以下にする。
（専用フライパン表面のふっ素樹脂加工を守るため）
■予熱終了後、角皿の中央にのせ、取っ手をはずして棚上段または棚下段にのせる。

上手な加熱のコツ

■ガスオーブンや市販の料理ブックでの作り方の温度や時間に合わせた場合、仕上がりがよくないことがある。
お好みの仕上がりになるように温度や時間をかえる。
■加熱中は、ドアの開閉は控えめに。（庫内温度が下がる原因）
■加熱後は、焦げを防ぐため、すぐに取出す。

オーブン（予熱あり）のコツ

庫内温度が下がると、仕上がりが悪くなる。
- 予熱中にドアを開けない。
- 予熱後は、できるだけ早く食品を入れて、加熱する。

オーブンで調理する

2段オーブン（予熱あり）

ヒーター加熱

予熱のときは、角皿、食品は入れない。

- 予熱が必要なメニューのときに使います。
- 設定できる温度は100～300℃、時間は1～120分です。
- 予熱は自動的に行います。予熱時間は約8～25分です。

脱臭　スチーム　お好み温度　レンジ
延長　両面グリル　1段オーブン 予熱2度押し　2段オーブン 予熱2度押し

フライパンメニュー　のみもの　ごはん
オートメニュー　ゆでもの 1.葉菜 2.根菜　解凍 1.肉 2.さしみ

とりけし

予熱する

1 2段オーブン 予熱2度押し を2回押す

お願い 角皿ははずす。

オーブン予熱　2段
設定 200℃

200℃が表示される。

2 出力温度仕上がり（左ダイヤル）を回して温度を合わせる

オーブン予熱　2段
設定 170℃

100～300℃、10℃単位で表示。
（右に回すと温度が上がる。
左に回すと温度が下がる。）

3 あたためスタート を押す

予熱がスタート。

約20秒後に現在温度を表示。

予熱終了　予熱終了音が鳴る

30秒ごとにブザーが鳴り、
20分間は保温している。

お知らせ
保温が終了すると、⑤の操作ができない。
手順①からやり直す。

お知らせ
現在温度は、庫内のおよその温度です。
途中でドアを開けたときなど、表示と実際の温度が異なる場合があります。

加熱する

4 食品を入れる

角皿に食品をのせ、
棚上段と棚下段にのせる。

⚠注意
予熱後は、庫内が熱くなっているので、
やけどに注意する。

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

5 時間メニュー（右ダイヤル）を回して時間を合わせる

1～10分は30秒単位、10～30分は1分単位、
30～120分は5分単位で表示。
（20分以上は分のみを表示。）

6 あたためスタート を押す

加熱がスタート。

残り時間を表示。

●途中で温度を変更したいとき
① 2段オーブン を押す（温度が点滅）
② 左ダイヤル（温度）で温度を合わせる

設定260℃以上のときは
加熱途中で棚上段と棚下段を
入れかえる。
（焼きムラを少なくするため）

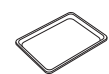
加熱終了　加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

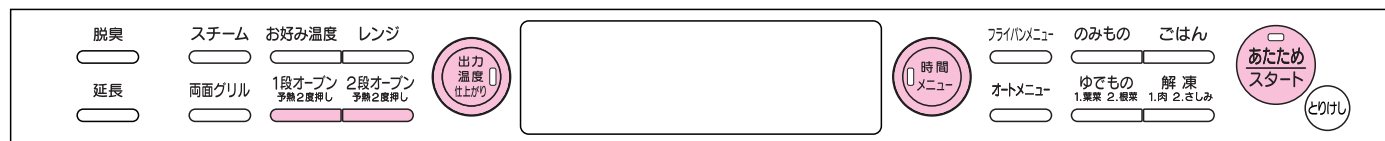
●加熱時間を延長したいとき ➡46ページ
加熱終了後5分以内に、延長 を押して、
右ダイヤル（時間）で時間を合わせる。

上手な加熱のコツ
■ガスオーブンや市販の料理ブックでの作り方の温度や時間に合わせた
場合、仕上がりがよくないことがあります。
次回からはお好みの仕上がりになるように温度や時間をかえてください。
■加熱中は、ドアの開閉は控えめに。（庫内温度が下がる原因）
■加熱後は、焦げを防ぐため、すぐに取り出す。

オーブン（予熱あり）のコツ
庫内温度が下がると、仕上がりが悪くなる。
- 予熱中にドアを開けない。
- 予熱後は、できるだけ早く食品を入れて、加熱する。

左ページ

オーブンで調理する
発酵（1段オーブン／2段オーブン）
ヒーター加熱

1段のとき角皿を使う
2段のとき角皿を使う
（棚上段・棚下段）

- パン生地などの発酵に使います。
- 設定できる温度は30℃、35℃、40℃、45℃です。
- 設定できる時間は１～120分です。

1 食品を入れる
角皿に食品をのせ、棚にのせる。

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

2 1段オーブン 予熱2度押し または 2段オーブン 予熱2度押し を押す
〈例：１段オーブンのとき〉

オーブン 発酵 設定 40℃ 0秒

発酵「40℃」が表示される。

3 出力温度仕上がり（左ダイヤル）を回して発酵温度を選ぶ
オーブン 発酵 設定 30℃ 0秒

右に回すと「45℃」、
左に回すと「35℃」、「30℃」が表示される。

4 時間メニュー（右ダイヤル）を回して時間を合わせる
オーブン 発酵 設定 30℃ 50分

１～10分は30秒単位、10～30分は１分単位、30～120分は５分単位で表示。
（20分以上は分のみを表示）

5 あたため スタート を押す
発酵がスタート。

オーブン 発酵 設定 30℃ 49分

残り時間を表示。
（途中で発酵温度の変更はできません）

加熱終了 加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

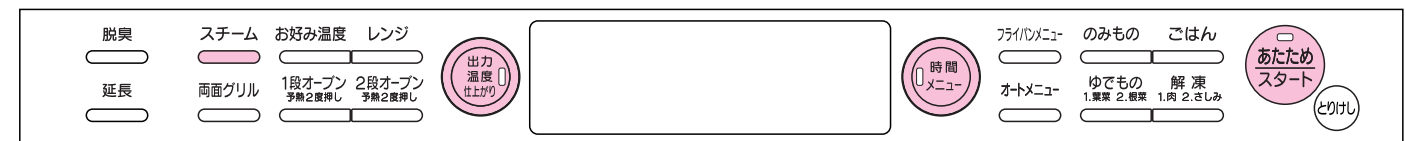
●**加熱時間を延長したいとき** ➡46ページ
加熱終了後５分以内に、**延長**を押して、**右ダイヤル**（時間）で時間を合わせる。

お知らせ
夏場や冬場など室温の高低や、庫内に入れる食品や容器によって、発酵中の庫内の温度が変わってきます。
食品の様子を見ながら発酵の温度、時間を調節してください。

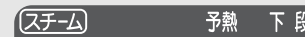
右ページ

スチームで調理する
ハイブリッド加熱

予熱のとき、食品は入れない。

- 手動でのスチーム焼き調理などに使います。
（スチーム蒸しは**スチーム**ではできません。自動調理のみです）
- レンジとヒーターを同時に使って予熱する、ハイブリッド加熱です。
- 設定できる温度は150～300℃、時間は１～60分です。

予熱する

1 角皿に水（50mL）を入れる
角皿に付属の水量カップで水を入れて、棚下段にのせる。
お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

2 スチーム を押す
スチーム 予熱 下段

3 あたため スタート を押す
予熱がスタート。（予熱時間：約６分）

予熱終了 予熱終了音が鳴る

30秒ごとにブザーが鳴り、
10分間は保温している。

お知らせ
保温が終了すると、⑤の操作ができない。
手順②からやり直す。

専用フライパンを使うとき ➡12ページ
■予熱のとき、専用フライパンは入れない。
（火花・故障の原因）
■設定温度は250℃以下にする。
（専用フライパン表面のふっ素樹脂加工を守るため）
■予熱終了後、角皿の中央にのせ、取っ手をはずして棚上段にのせる。

加熱する

4 食品を入れる
もう1枚の角皿に食品をのせ、棚上段にのせる。
（①の角皿は入れておく）

⚠注意
予熱後は、庫内が熱くなっているので、やけどに注意する。

お願い 角皿は奥までしっかり入れる。

5 出力温度仕上がり（左ダイヤル）で温度、時間メニュー（右ダイヤル）で時間を合わせる
150～300℃、10℃単位で表示。
１～10分は30秒単位、10～30分は１分単位、30～60分は５分単位で表示。（20分以上は分のみを表示。）

6 あたため スタート を押す
加熱がスタート。

残り時間を表示。

●**途中で温度を変更したいとき**
① **スチーム** を押す（温度が点滅）
② **左ダイヤル**（温度）で温度を合わせる

加熱終了 加熱終了音が鳴る
食品を取出す。
（角皿にお湯が残っていることがあるので、気をつける）

●**加熱時間を延長したいとき** ➡46ページ
加熱終了後５分以内に、**延長**を押して、**右ダイヤル**で時間を合わせる。

加熱を延長する

- 加熱後、もう少し加熱したいときに使います。
- 加熱終了後から5分間は、設定したレンジ出力やオーブン温度を記憶しているので、時間を合わせるだけで、再度、加熱できます。
- 設定できる時間は10秒～20分（あたため、ごはん、のみもの、レンジ「1000W」は5分まで）です。

1 加熱終了後、5分以内に 延長 を押す

2 （右ダイヤル）で時間を合わせる

あたため、ごはん、のみもの、レンジ「1000W」のときは、10～30秒は5秒単位、30秒～5分は10秒単位で表示。
その他のときは、10秒～5分は10秒単位、5～20分は30秒単位で表示。
（20分は分のみを表示。）

3 を押す

加熱がスタート。

加熱終了 加熱終了音が鳴る
食品を取出す。

＊延長加熱後も同じ手順で、再び、延長できます。

お願い
オーブン加熱後の延長は、庫内の温度が下がらないよう、ドアの開閉を控えめにし、なるべく早く行う。

お知らせ
■加熱中に延長を押しても受付けません。
■加熱終了後、5分過ぎると、自動的に電源が切れるので、延長できません。➡2ページ「待機時消費電力ゼロ」

こんなときに使うと便利です
■厚みのある肉、かたまりの肉などを焼いたら加熱の足りない部分があった。
■市販の料理ブック通りに作ったら焼き色が薄かった。
■飲み物をあつあつに仕上げたい。

手動で加熱する場合の時間のめやす

加熱時間は、電源電圧・室温・庫内温度・分量・初期温度などで変化します。
食品の様子を見ながら加熱してください。

あたため（レンジ「600W」で加熱する）

メニュー		ラップ	分量	加熱時間のめやす
ごはん		—	1人分（150g）	約50秒～1分30秒
ピラフ		—	1皿（250g）	約2～2分30秒
しゅうまい		有	15コ（225g）	約2～2分30秒
焼き魚		有	1切（70g）	約50秒～1分
みそ汁		—	1杯（150mL）	約1分30秒～2分
スープ		—	1杯（200mL）	約2～2分30秒
焼きそば		有	1皿（300g）	約2～2分30秒
野菜炒め		有	1皿（250g）	約2～2分30秒
野菜の煮もの		有	1皿（300g）	約2～3分
カレー		有	1皿（200g）	約3～4分
肉まん		有	1コ（80g）	約50秒～1分
あんまん		有	1コ（80g）	約50秒～1分
ロールパン		—	1コ（30g）	約10秒
冷凍	ごはん	有	1人分（150g）	約3～3分30秒
	カレー	有	1皿（200g）	約4～5分
	グラタン	—	1皿（240g）	約7分
	焼きおにぎり	有	2コ（100g）	約1分30秒～2分
	ピラフ	有	1皿（250g）	約4～5分
	スパゲティ	有	1人分（200g）	約4～5分
	しゅうまい	有	15コ（225g）	約4～5分
	肉まん	有	1コ（80g）	約1分20秒～1分30秒
	あんまん	有	1コ（80g）	約1～1分20秒

1mL＝1cc

のみもの（レンジ「600W」で加熱する）

メニュー	ラップ	分量	加熱時間のめやす
牛乳	—	1杯（200mL）	約1分40秒～2分
コーヒー	—	1杯（150mL）	約1分30秒
お酒	—	1杯（180mL）	約1～1分20秒

1mL＝1cc

解凍（レンジ「200W」で解凍する）

	分量	ラップ	加熱時間のめやす
1.肉	100g	—	約1分
	200g	—	約1分30秒～2分
	300g	—	約2分30秒～3分
2.さしみ	100g	—	約1分30秒
	200g	—	約2～2分30秒
	300g	—	約3～3分30秒

★ラップははずす。

ゆでもの（レンジ「600W」で加熱する）

	分量	ラップ	加熱時間のめやす
1.葉菜	100g	有	約1分30秒～2分
	200g	有	約2分30秒～2分40秒
	300g	有	約3分30秒～4分
2.根菜	100g	有	約2分30秒～3分
	200g	有	約3分30秒～4分
	300g	有	約5～6分
	500g	有	約9～10分

★根菜は残り時間約1分で、食品を裏返す。

オートメニュー「18.フライ再加熱」（両面グリルで加熱する）

	分量	ラップ	加熱時間のめやす
常温冷蔵	100～300g	—	約12～16分

★手動レンジで、角皿（底面プレート）を庫内底面に置いて加熱するときは、上記時間よりやや長め（約1割増）にする。

お手入れ

お手入れのときには安全のため、次のことを必ずお守りください。

⚠警告

電源プラグを抜く

- ぬれた手で抜差ししない。

感電・けがの原因

⚠注意

本体が冷めてから行う

やけどを防ぐため

お願い

■こまめにお手入れ

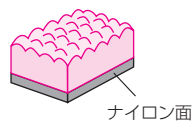
汚れたままでは汚れが落ちにくくなったり、火花・煙・さび・腐食・ドアのひび・割れの原因。

＊また庫内底面や角皿はセラミック製のため、素材の性質上、汚れが落ちにくくなることがあります。こまめにお手入れをしてください。

■本体の周囲も清潔に

■布やスポンジとうすめた台所用中性洗剤を使い、次の物は使わない

傷・さび・ドアのひび・割れの原因。

- みがき粉・クレンザー（角皿と庫内底面のセラミック部のみ使える）
- 金属タワシ・スポンジのナイロン面など
- アルカリ性や酸性の洗剤
- 揮発性の溶剤や薬品
  オーブンクリーナー・灯油・ガソリン・ベンジン・シンナーなど

脱臭（庫内のにおいが気になるとき）

庫内に脱臭コーティングがしてあり、ヒーターの高温でにおいをやわらげます。

庫内（特に庫内底面）に汚れがついていると、落ちにくくなるので、ふき取ってから行ってください。

1 庫内をカラにしてドアを閉める

お願い 角皿ははずす。

2 脱臭 を押す

脱臭がスタート。（約15分）

表示部は、加熱表示後、残り時間を表示。

↓

終了 終了音が鳴る

⚠注意

加熱中や加熱後は、高温部（庫内・本体など）に触れない。
高温のため、やけどの原因。

付属品

角皿、角網、専用フライパン、専用フライパン用取っ手、つゆ受け、水量カップ

スポンジなどでこまめに洗い、水気をふく

（つゆ受けは本体から取りはずす ➡10ページ）

汚れたままで加熱すると落ちにくくなり、焦げつき・変色の原因。

- 汚れはすぐにふき取る。
- 角皿の落ちにくい汚れは、液体クレンザーとスポンジでこすり落とす。

お願い

金属タワシなどでこすらない
傷の原因。

ミトン

汚れが気になるときは手洗いし、よく乾かす

洗濯機、乾燥機は使えない。傷む原因。

本　体

かたく絞った柔らかい布でふく

汚れがひどいときは、**うすめた台所用中性洗剤**を使う。必ず、洗剤をよくふき取る。

庫内

＊庫内に汚れがついたまま調理を行うと、汚れが落ちにくくなります。汚れは早めにふき取ってください。

- カバーは金属タワシ、ぬれた布などで強くこすらない。傷・破れの原因。

＊汚れがひどく落ちないときは、販売店にご相談のうえ、カバーを交換してください。（有料）

脱臭コーティングがしてある。

- コーティングを長持ちさせるために、固い物でこすらない。柔らかい布でふく。
- 庫内のにおいが気になるときは、脱臭を使う。
  ➡48ページ

外観

■ドア・操作パネル

油汚れを残さない。
ひび・割れの原因。

■吸気口 ➡10ページ

性能を維持するため、ほこりがつかないように、乾いた布で定期的にふく。

ドア内側

汚れをつけたまま使わない。
焦げ・火花の原因。

庫内底面（セラミック部）

■衝撃を加えたり、水をかけたりしない。
ひび・割れ・故障の原因。

■汚れをつけたまま使わない。
焦げ・火花・割れの原因。

＊割れたり、ひびが入ったときは、そのまま使用せず、お買上げの販売店にご相談ください。
そのまま使用すると、火花が出たり、故障の原因になります。

汚れは、ぬれふきんですぐふき取る

（周囲の黒色のゴム部は強くこすらない）

汚れがついたまま調理（特にヒーター加熱）を行うと、焦げて焼きつき、落ちにくくなります。

焼きついた汚れの落としかた

①ラップを丸める。
②液体（クリーム）クレンザーを少量つけて、こすり落とす。
③ぬれふきんで、液体クレンザーをふき取る。
④それでも汚れが落ちないときは、ナイロンたわし（研磨剤入り）に水をつけて、こすり落とす。

＊ただし、スポンジや液体クレンザーは、セラミック部のみに使う。
（周囲の黒いゴム部や本体塗装面に使うと、傷がつくので注意する）

お願い 汚れを残さない焼きつけないために

- カレーや魚など、飛び散りやすい食品をあたためるときは、ラップをかける
- 皿や容器、角皿には、あふれるほど食品をのせない
- 皿や容器の底の水滴や汚れをふき取ってから、庫内底面にのせる
- 加熱前に、庫内底面をかたく絞ったぬれふきんでふく
  （目に見えない汚れが、加熱で焦げて焼きつき、シミのようになることがある）
- 汚れたらすぐにふき取る
  汚れたまま加熱を繰り返すと、汚れの焼きつきがひどくなり、落ちにくくなるので、こまめにお手入れする

お料理がうまくできないとき

●ごはん・おかずのあたため

食品がうまくあたたまらない	●食品が金属容器・アルミホイルでおおわれていませんか。 レンジ加熱では、金属容器は使えません。
あたためであたためても、熱くならない	●ふた（陶器やガラス製など）を使っていませんか。 赤外線センサーがうまく働きません。 ●食品を中央に置いていますか。 端に置くと、上手にあたたまりません。 ●食品の量が多すぎませんか。 100g～500gが上手にできる分量です。 ☆もう少し加熱したいときは、延長を押して右ダイヤル（時間）で時間を合わせ、様子を見ながら加熱してください。
あたためであたためると、熱くなりすぎる	●食品の量が少なすぎませんか。 100g～500gが上手にできる分量です。 ●食品の量に対して容器が大きすぎたり、小さすぎませんか。
ごはんがぬるい、あつい	●ごはんを使っていますか。 ●左ダイヤル（温度）で60～90℃に調節してください。 ●食品の量にあった容器を使っていますか。 ●食品を中央に置いていますか。端に置くと、上手にあたたまりません。
冷凍ごはんがあたたまらない	●ごはんを使っていますか。 ●食品の量にあった容器を使っていますか。 ●食品を中央に置いていますか。端に置くと、上手にあたたまりません。 ●左ダイヤル（温度）で60～90℃に調節してください。
ごはんがパサつく	●加熱前に水を少しかけると、しっとり仕上がります。
カレーやシチューが熱くならない 熱いところとぬるいところがある	●カレーなどとろみのあるものは、左ダイヤル（温度）で高め（85～90℃）に合わせ、加熱後はかき混ぜます。 ●煮ものなど、加熱ムラになりやすい食品は、かき混ぜたり、裏返して、延長（➡46ページ）または手動 レンジ「600W」で様子を見ながら加熱します。
焼き魚の身が飛び散る	●ラップをして、様子を見ながら加熱します。

●のみもののあたため

牛乳が熱くなりすぎる	●のみものを使っていますか。 あたためでは、熱くなりすぎます。 ●カップに対して牛乳を少量しか入れていないと沸とうすることがあります。 ●カップの7～8分目まで牛乳を入れます。 それより少ないときは、左ダイヤル（温度）で低め（40～55℃）に合わせます。
お酒が熱くなりすぎる	●のみものを使い、左ダイヤル（温度）で「50℃」に合わせていますか。
上の方と下の方では温度が違う	●加熱後はよくかき混ぜます。 ●首の細いとっくりは、首の部分をアルミホイルでおおって加熱すると上下の差が少なくなります。

●解凍

食品が煮えた	●食品の厚みは均一ですか。 ▶冷凍時に食品の厚みを3cm以下にそろえてください。 ●ラップをはずして解凍しましたか。 ●スチロールトレーを使っていますか。 ▶スチロールトレーがないときは、平皿の上に、ラップをはずした食品を置いてください。 ●冷凍庫から出してすぐ解凍しましたか。 ▶時間がたったり、溶けかけたものは、手動 レンジ「200W」を使い、様子を見ながら解凍してください。 ●食品の形状・初期温度によっては、部分的に煮えることがあります。
解凍不足	●食品の量が多すぎませんか。 100g～500gが上手にできる分量です。 ☆さらに解凍したいときは、延長を押して右ダイヤル（時間）で時間を合わせ、様子を見ながら加熱してください。（再度、解凍は使わない）

●ゆでもの

生っぽいところと、できすぎのところが混在する	●じゃがいもなど2個以上ゆでるときは、大きさをそろえてください。 ほうれん草などの葉菜類は葉と茎を交互に重ねてください。 ☆さらに加熱したいときは、延長を押して右ダイヤル（時間）で時間を合わせ、様子を見ながら加熱してください。（再度、ゆでものは使わない）

●オーブン・グリル調理

グラタン：焼くたびに焼き色が違う	●チーズの種類・量により焼き色が異なります。様子を見ながら焼いてください。
ケーキ：うまくふくらまない	●卵はしっかり泡立てましたか。 ハンドミキサーの先から落ちる生地で、文字が書けるくらいまで泡立てます。 ●粉を入れるとき、混ぜすぎていませんか。 サックリと底からすくい上げるように混ぜます。コツ ➡別冊109ページ
ケーキ：泡立てがうまくできない	●ボウルやハンドミキサーに水分や油分がついていると、泡立ちが悪くなります。コツ ➡別冊109ページ
クッキー：焼き色にムラがある	●生地の厚みや大きさは均一ですか。 生地は厚み・大きさを均等にします。コツ ➡別冊118ページ
オーブン・グリル調理：でき上がりが悪い	●加熱中、ひんぱんにドアを開閉しませんでしたか。 ●他の料理ブックを使ったとき、でき上がりがよくないことがあります。 温度や時間をかえて、様子を見ながら加熱してください。
オーブン・グリル調理：棚上段と棚下段で焼き色にムラがある	●焼き色のムラが気になるときは、加熱途中（加熱時間の約7割経過時）で、角皿の手前と奥を入れかえてください。 ●2段調理で、上下の焼きムラが気になるときは、加熱途中で棚上段と棚下段を入れかえてください。260℃以上の調理は、必ず入れかえてください。 （入れかえはできるだけ素早く行い、スタートを押します）

●その他

自動メニューがうまくできない	●メニュー集通りの分量、作り方ですか。 ▶違う分量、作り方のときは、自動では上手にできません。 手動で様子を見ながら加熱してください。 ●仕上がりがお好みに合わないときは、左ダイヤル（仕上がり）を回して調節してください。

故障かな？と思ったら

修理を依頼される前に取扱説明書をよくお読みいただき、次の点をお調べください。

●正しく動かない

表示が出ない	●電源プラグをコンセントに差込んで、ドアを開閉しましたか。 （電源プラグを差込んだだけでは、表示は出ません） ●操作後、5分を過ぎていませんか。 ▶ドアを開閉してください。（ドアが開いているときは、ドアを閉めてください） 加熱終了後、5分過ぎると、自動的に電源が切れて表示が消えますが、故障ではありません。「待機時消費電力ゼロ」のため ➡2ページ ●停電していませんか。 ●電源プラグが抜けていませんか。 ●配電盤のヒューズがとんだり、ブレーカーが落ちていませんか。（電流容量不足）
キーを押しても作動しない	●ドアは確実に閉まっていますか。 ●操作後、5分を過ぎていませんか。 ▶ドアを開閉し、もう一度キーを押してください。 「待機時消費電力ゼロ」のため ➡2ページ
すぐに加熱が止まる	●庫内底面が熱いとき、赤外線センサーが正しい食品の温度を測れず、加熱を止めることがあります。 ▶ドアを開けて庫内が冷めるのを待つか、手動 レンジ「600W」で様子を見ながら加熱してください。

●音について

加熱中、加熱後に音がする	●電気部品を冷やすため、本体内部のファンが回り、「ブーン」と音がします。 ●レンジ加熱中、「ブーン」「ジィージィー」と音がしますが、これはレンジの動作音です。 ●加熱中の「カチカチ」「カッチン」等の音は、加熱を制御している音で、故障ではありません。 ●熱による膨張、収縮でポコッ、キシキシという音が出ることがあります。
加熱終了のブザーが鳴らない	●音量調節を「鳴らない」に設定していませんか。➡16ページ
加熱終了後、ブザーが鳴る	●「出し忘れお知らせ」を設定していませんか。➡16ページ 食品をすぐに取出さないと、加熱後から1分ごとにブザーが鳴ります。（10分間）
加熱終了後、ブーンと音がする	●電気部品を冷やすため、本体内部のファンが回っている音です。 （ファンは数分間回り、表示部には「✤」が点灯）

●火花や煙が出る、庫内底面や角皿の変色

火花が出る	●金・銀模様の容器、針金など金属を使った容器を使用していませんか。 ●庫内の壁にアルミホイルなど金属が触れていませんか。 ●食品の量がきわめて少なくありませんか。 ●庫内底面に汚れ（食品カスなど）がついていませんか。➡49ページ
煙が出たり、いやなにおいがする **食品から煙が出る**	●カラ焼きをしましたか。➡16ページ 庫内の油を焼き切るため、煙やにおいが出ますが、故障ではありません。 ●庫内やドアの内側に食品カス、油などがついていませんか。 ▶庫内のにおいが気になるときは、汚れをふき取った後で脱臭を行ってください。➡48ページ ●食品は加熱しすぎると、発煙・発火します。（特に、少量や乾いたものは、発煙・発火しやすいので、手動で様子を見ながら加熱してください。） ▶食品が燃え出したら、ドアを開けずにとりけしを押して、電源プラグを抜いてください。➡7ページ
庫内底面や角皿が斑点やシミ状に変色する	●庫内底面・角皿・使用する容器に汚れがついたまま、ヒーター加熱を行うと、熱により汚れが焼きつき、シミのようになります。 ▶お手入れを行ってください。➡48～49ページ

●表示について

表示部に「高温」が点灯している	●加熱中に庫内の温度が高くなると、点灯してお知らせします。
ブザーが鳴り、表示部に「高温」が点滅している	●庫内底面やフライパンの温度が高くなっているときのお知らせです。 ▶素手で触らないでください。（やけどの原因） また、耐熱性のない容器やラップ包装した食品をのせないでください。 （溶け、変形の原因） ＊「高温」が点滅していてもキーは受付けます。また、とりけしを押すと、「高温」は消えます。
ブザーが鳴り、ホット表示が点滅する	●あたため、ごはん、のみもの、解凍、ゆでもの、お好み温度で庫内の温度が高いときに表示します。 ▶とりけしを押し、ドアを開けて庫内が冷めるのを待ってください。（約15分） ただし、手動 レンジはすぐに使えます。
表示部に「✤」が点灯している	●電気部品を冷やすため、本体内部のファンが回っていることのお知らせです。（数分間）
"あたため／スタート"のランプが点滅する	●加熱の途中でドアを開けると点滅します。 ▶続けて加熱するときはスタートを押してください。 加熱しないときはとりけしを押してください。
表示部に「デモ」が表示されている	●店頭展示用（デモ）モードになっています。 （キーを押しても加熱されません） ▶電源プラグを抜いて、数秒後に再度、差込んでください。 「デモ」が消え、デモモードが解除されます。
現在温度表示が設定温度近くになっているのに、なかなか終了しない	●現在温度表示は食品のおよその平均温度です。 まだ温度の低い部分がある場合は、設定温度近くの表示で、しばらく終了しないことがあります。

●調理のできが悪い

食品が加熱されない	●レンジ加熱のとき、食品が金属容器・アルミホイルなどでおおわれていませんか。 ●あたため、自動キー、スタートを押し忘れていませんか。 ●表示部に「デモ」が表示されていませんか。 （店頭展示用（デモ）モードになっています） ▶電源プラグを抜いて、数秒後に再度、差込んでください。 「デモ」が消え、デモモードが解除されます。 ●レンジ加熱のとき、乾燥したものや、少量（100g未満）のものは、安全のためレンジ出力が低下することがあります。 ▶加熱が不足のときは、手動 レンジ「600W」を使い、食品の状態を確認しながら、くり返し加熱してください。
調理のでき上がりが悪い	●メニューの材料、分量、作り方、付属品を確認してください。 ●加熱中、ひんぱんにドアを開閉しませんでしたか。 ●他の料理ブックを使ったとき、でき上がりが多少異なることがあります。 ●レンジ加熱のとき、乾燥したものや、少量（100g未満）のものは、安全のためレンジ出力が低下することがあります。 ▶加熱が不足のときは、手動 レンジ「600W」を使い、食品の状態を確認しながら、くり返し加熱してください。

●ドアがくもる

表示部がくもる **ドアがくもり、水滴が落ちる**	●冬場やメニューにより、ドアの内側や表示部がくもることがありますが、本体には影響ありません。しばらくすると、くもりは消えます。

以上のことをお調べになって、それでも不具合があるときは使用を中止し、必ず電源プラグを抜いてください。
故障の状況と表示部の英数字（A0、A1、A7、E0、E5、F5、F6、P0、P1、P2、P3、P4）をお買上げの販売店にご連絡ください。

ご連絡いただきたい内容

1. 品　　名（三菱オーブンレンジ）
2. 形　　名（RO-DG10F）
3. お買上げ日（　　年　　月　　日）
4. 故障の状況（できるだけ具体的に）

＊付属品のお買求めは、お買上げの販売店にご相談ください。

保証とアフターサービス

■保証書（別添付）

- 保証書は必ず「お買上げ日・販売店名」などの記入をお確かめのうえ、販売店からお受取りください。
- 内容をよくお読みのあと、大切に保存してください。

• 保証期間 •
お買上げ日から、１年です。
ただし、マグネトロン部分は２年です。

■補修用性能部品の保有期間

- 当社は、このオーブンレンジの補修用性能部品を製造打切り後、８年保有しています。
- 補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

■ご不明な点や修理に関するご相談は

お買上げの販売店かお近くの「三菱電機 修理窓口・ご相談窓口」にご相談ください。

■修理を依頼されるときは

「お料理がうまくできないとき」(50～51ページ）と「故障かな？と思ったら」(52～53ページ）にしたがってお調べください。
なお不具合があるときは、必ず電源プラグを抜いてからお買上げの販売店にご連絡ください。

◎保証期間中は
修理に際しては、保証書をご提示ください。保証書の規定にしたがって、販売店が修理させていただきます。

◎保証期間が過ぎているときは
修理すれば使用できる場合には、ご希望により修理させていただきます。

◎修理料金は
技術料＋部品代（＋出張料金）などで構成されています。

◎修理部品は
部品共用化のため、色等を変更する場合があります。

■転居のときは

このオーブンレンジは電源周波数50Hz・60Hz共用です。
周波数の異なる地域に転居されても、そのままお使いいただけます。

三菱電機 修理窓口・ご相談窓口のご案内（家電品）

修理・取扱いのご相談は
まずお買上げの販売店へ

転居や贈答品などでお買上げの販売店へご依頼できない場合は

修理窓口 へ　　ご相談窓口 へ

■お問合せ窓口におけるお客様の個人情報のお取り扱いについて

三菱電機株式会社は、お客様からご提供いただきました個人情報は、下記のとおり、お取り扱いします。

1. お問合わせ（ご依頼）いただいた修理・保守・工事および製品のお取り扱いに関連してお客様よりご提供いただいた個人情報は、本目的並びに製品品質・サービス品質の改善・製品情報のお知らせに利用します。
2. 上記利用目的のために、お問合わせ（ご依頼）内容の記録を残すことがあります。
3. あらかじめお客様からご了解をいただいている場合及び下記の場合を除き、当社以外の第三者に個人情報を提供・開示する事はありません。
   ①上記利用目的のために、弊社グループ会社・協力会社などに業務委託する場合。
   ②法令等の定める規定に基づく場合。
4. 個人情報に関するご相談は、お問合せをいただきました窓口にご連絡ください。

K06A

修理窓口　電話受付：365日24時間

北海道・東北地区

北海道全域・宮城県
東日本フロントセンター
東京都世田谷区池尻 3-10-3
フリーダイヤル 0120-56-8634
通常電話番号（携帯電話対応） (03) 3424-1111
ファックス (03) 3424-1115
インターネット http://www.melsc.co.jp

地域	電話番号	住所
青　森	(017) 773-8381	青森市大字野木字野尻 37-184
八　戸	(0178) 28-8544	八戸市大字長苗代字下亀子谷地 6-8
盛　岡	(019) 637-7454	盛岡市羽場13地割 30-11
水　沢	(0197) 25-4511	奥州市水沢区卸町 2-3
秋　田	(018) 865-4471	秋田市八橋三和町 19-36
横　手	(0182) 32-1785	横手市卸町 3-2
大　館	(0186) 42-2781	大館市餅田 2-5-44
山　形	(023) 624-0018	山形市大野目 2-1-21
鶴　岡	(0235) 24-6161	鶴岡市上畑町 5-4
郡　山	(024) 959-6543	郡山市喜久田町卸 1-76-1
会　津	(0242) 27-4426	会津若松市天寧寺町 3-7
原　町	(0244) 24-2842	南相馬市原町区桜井町 1-173
いわき	(0246) 26-1822	いわき市小島町 1-2-2

関東・甲信越地区

東京都・神奈川県・千葉県
茨城県・埼玉県・栃木県・群馬県・山梨県
長野県（飯田地区除く）・新潟県・静岡県
東日本フロントセンター
東京都世田谷区池尻 3-10-3
フリーダイヤル 0120-56-8634
通常電話番号（携帯電話対応） (03) 3424-1111
ファックス (03) 3424-1115
インターネット http://www.melsc.co.jp

関西・東海・北陸・中国・四国地区

大阪府・奈良県・和歌山県・兵庫県
京都府・滋賀県・愛知県・三重県・岐阜県
長野県（飯田地区）・石川県・富山県
福井県・広島県・山口県・島根県・鳥取県
岡山県・香川県・徳島県・高知県・愛媛県
西日本フロントセンター
大阪市北区大淀中 1-4-13
フリーダイヤル 0120-56-8634
通常電話番号（携帯電話対応） (06) 6454-3901
ファックス (06) 6454-3900
インターネット http://www.melsc.co.jp

九州地区

福岡県・佐賀県
西日本フロントセンター
大阪市北区大淀中 1-4-13
フリーダイヤル 0120-56-8634
通常電話番号（携帯電話対応） (06) 6454-3901
ファックス (06) 6454-3900
インターネット http://www.melsc.co.jp

地域	電話番号	住所
長　崎	(095) 834-1116	長崎市丸尾町 4-4
佐世保	(0956) 30-7740	佐世保市木原町 155-1
熊　本	(096) 380-0211	熊本市石原 1-10-35
八　代	(0965) 33-5173	八代市緑町 13-1
大　分	(097) 558-8803	大分市向原西 1-8-1
宮　崎	(0985) 56-4900	宮崎市大字赤江字飛江田150-1
延　岡	(0982) 21-3540	延岡市惣領町 25-5
鹿児島	(099) 260-2421	鹿児島市卸本町 7-17
沖　縄	(098) 898-3333	宜野湾市大山 7-12-1

ご相談窓口

当社家電品の購入・取扱い方法・その他ご不明な点は
三菱電機お客さま相談センター
〒154-0001 東京都世田谷区池尻 3-10-3
受付時間 365日 24時間

■全国どこからでも おかけいただけるフリーコール
0120-139-365（無料）
いつも サンキュー 365日
■通常電話番号（携帯電話対応）03-3414-9655
■ファックス 03-3413-4049

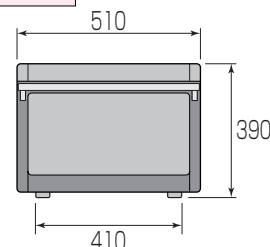
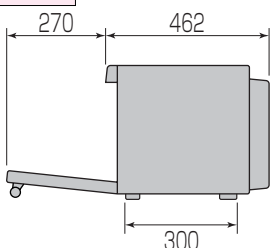
■ご相談対応　平　日 9：00～19：00
土・日・祝 9：00～17：00
上記以外の時間は受付のみ可能です。

●所在地、電話番号などについては変更になることがありますので、あらかじめご了承願います。

K06A

仕様

形　名		RO-DG10F
電　源		交流100V　50Hz-60Hz共用
電子レンジ	消費電力	1430W
	高周波出力	自動：1000W〜100W相当※ 手動：1000W・600W・500W・200W・100W相当※
	発振周波数	2450MHz
オーブン	消費電力	1430W
	温度調節	30℃・35℃・40℃・45℃（発酵）・100〜300℃
グリル	消費電力	1430W
ハイブリッド	消費電力	1370W
「0」表示のとき	消費電力	3.2W
待機時消費電力		0 W
寸　法	外形	幅510×奥行462×高さ390mm
	庫内（有効）	幅405×奥行315×高さ245mm
質　量		21.5kg

外形寸法（単位mm）

※高周波出力1000Wは、短時間高出力（最大５分間）であり、調理中自動的に600Wに切り換わります。

- 付属品については11ページをご覧ください。
- 待機時消費電力とは、電源プラグを差込んでも、表示部が消灯している状態の消費電力です。
- このオーブンレンジの300℃での運転時間は約12分間です。その後は自動的に200℃に切換わります。（空焼き防止のためです。庫内に食品が入っている場合は、温度は切換わりません）
- レンジ出力1000Wでの入力電流は約14A、レンジ出力600Wでは約12A、レンジ出力500Wでは約11Aです。（ブレーカー容量を確認の上、ご使用ください。）
- この商品は日本国内専用で、外国では使用できません。また、アフターサービスもできません。This appliance is designed for domestic use in Japan only and cannot be used in any other country. No servicing is available outside of Japan.
- J-Moss（JIS C 0950）の規定に基づき、対象となる6物質（鉛、水銀、カドミウム、六価クロム、PBB、PBDE）の含有についての情報を公開しております。詳しくはホームページをご覧ください。www.MitsubishiElectric.co.jp/jmoss/

愛情点検

- 長年ご使用のオーブンレンジ・電子レンジの点検を！

熱、湿気、ホコリなどの影響や、使用の度合いにより部品が劣化し、故障したり、時には安全性を損なって事故につながることもあります。

このような症状はありませんか	●電源コードやプラグが異常に熱い。 ●コゲくさい臭いがする。 ●製品に触れるとビリビリと電気を感じる。 ●自動的に切れないときがある。 ●その他の異常・故障がある。

ご使用中止	故障や事故防止のため電源プラグを抜いてから、必ず販売店にご相談ください。

便利メモ	お買上げ日	年　月　日
	販売店名	
		☎（　　　）

〒369-1295　埼玉県深谷市小前田1728－1

MITSUBISHI
RO-DG10F

ZT945Z585H01＊